Családi Lap

1981

Családok könyve

ÁRA: 28,- FT

Családok könyve 1981

Felelős szerkesztő: Magyar János
Felelős lektor: Sárdi Mária
Műszaki szerkesztő: Turáni Miklós
Kiadja a Lapkiadó Vállalat
Felelős kiadó: Siklósi Norbert

A címoldal fotóját készítette:
Lugossy Zoltán

Készült rotációs ofszetnyomással
Terjedelem: 22,40 A/5 ív
Nyírségi Nyomda Nyíregyháza
Felelős vezető: Jáger Zoltán igazgató
1980. — 195

Tisztelt Olvasónk!

A Családok könyve harmadik számával köszöntjük Önt abban a reményben, hogy ezúttal is segítségére lehetünk mindennap jelentkező problémáinak megértésében, esetleg megoldásában.

Mint a múlt évben, e számunkban is az olvasók észrevételeit, javaslatait, igényeit tartottuk a legfontosabbnak a könyvecske tartalmának ossze llításakor.

Néhány éve — egyéves kísérlet után — általánossá vált hazánkban a családi életre nevelés. Sokoldalú tapasztalatok hívták fel a figyelmet ennek időszerűségére. A Vöröskereszttel kapcsolatban álló pedagógusok már tavaly jelezték, hogy nem tudnak mire támaszkodni a téma feldolgozásakor. A szülők nagy része is jelezte a Családi Lapnak, hogy sok a bizonytalansági tényező: nagyon sok szülő nem tudja mit kell tennie, pedig szeretne segíteni, adjunk tehát segítséget.

Ez évi Családok könyve azért szentel a témának a szokásosnál is nagyobb terjedelmet. Olyan értő szakembereket kértünk fel a családi életre nevelés témájának megismertetésére, megmagyarázására, akik meghatározói a családpolitikai törekvéseknek. Ez évi évkönyvünk tehát ezt a témát tartja az egyik legfontosabbnak, mert az érintettek igényét elégítjük ki vele.

Felhívjuk az olvasók figyelmét arra is — és meg is magyarázzuk szándékunkat —, hogy az 1981-es év a rokkantak éve. Ki-ki keresheti már, hogy mit tehet a rokkantakért 1981-ben.

Gyakori vitatéma a nők foglalkoztatásának szükségessége. Tudományos kutatók segítségével tekintjük át a női munka alakulását az őskortól a napjainkig. A tények talán meggyőzik a kétkedő olvasót is arról, hogy a nők munkába állása a szocializmusban válik igazán értelmessé és indokolttá.

Sok-sok írás foglalkozik a családon belüli konfliktushelyzetekkel, az emberi érintkezés különböző buktatóival.

Sok olvasó kérésének teszünk eleget, amikor ismertetjük az egészségügyi ellátással kapcsolatban az állampolgár jogait, tájékoztatunk arról, hogy milyen kérdésekkel hová kell fordulni.

Szólunk az alkohol, a dohányzás és a kávé ártalmairól, hogy elgondolkoztassuk az érintett olvasókat. Talán nem lesz hiábavaló a könyvecskéből szerzett újabb ismeret.

Ezúttal is külön fejezetet szentelünk a gyermeknevelésnek, de a korábbiaktól eltérő megközelítésben. Inkább a gyakorlati tapasztalatok közlésével kívánunk segíteni, mint elméleti elemzésekkel.

A háztartástörténet mellett tanácsot adunk a különböző nagy hatású mosószerek használatához. Emellett a magyar tájak és más népek kézimunkáiból közlünk mintákat a kézimunkát kedvelőknek.

Ezúttal külön fejezetet szenteltünk a gyermekeknek.

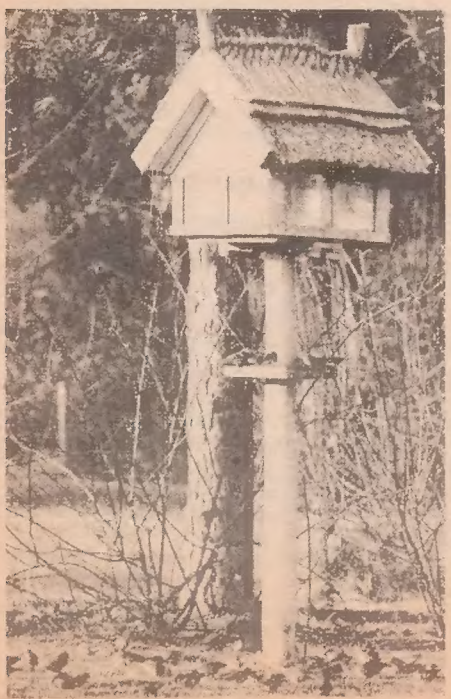
Egyszóval idősnek, fiatalnak, nőknek, férfiaknak, a családokban élő különböző korúaknak igyekeztünk hasznos olvasni és tudnivalót összegyűjteni, hogy önmaguk, környezetük alakításához felhasználhassák azokat. Bízunk abban, hogy nem volt hiábavaló az erőfeszítésünk, s a család minden tagjának hasznára lehetünk a Családok könyve újabb számával.

Gondoskodjunk a madarakról!

Ingyen kerti munkásaink, a madarak télen — gondoskodásra szorulnak. Madáretetővel kombinált madárodút mi magunk is készíthetünk (kép). Gondoskodjunk számukra megfelelő fészkelési helyekről. A kertnek egy részére telepítsünk sűrűn bokrokat, ahova majd fészket rakhatnak.

Ne kenyérmorzsával, hanem olajos magvakkal: napraforgóval, kendermaggal, tökmaggal, férges dióval, faggyúval, húsdarabkákkal tápláljuk őket. A legfontosabb a rendszeresség. A rigók például nagyon szívesen fogyasztják még a fagyok beállta előtt összegyűjtött fekete bodzabogyót, az apró kockákra vagdalt sárgarépát, de megesznek bármilyen konyhai hulladékot is. Napraforgótányérokat is fölhúzhatunk két méter magas karóra úgy, hogy a szemes része a föld felé nézzen. A karó csúcsára — hó- és esővédelem céljából — tehetünk tetőszerűen szétálló szalma vagy nádcsomót.

A kihelyezett fészekodúkat legalább évente egyszer alaposan takarítsuk ki. Ebben ugyanis előszeretettel telepednek meg a madarakon élősködő tetvek. Az odú aljára — miután kitakarítottuk — helyezzünk rovarirtó porral kevert fűrészport. Az odúkat mindig ugyanoda tegyük vissza, ahonnan levettük. Könnyűszerrel házhoz, kerthez szoktathatjuk a többi között a széncinkét, a fekete rigót, a poszátákat, a tengelicét, a kék cinkét. A verebeket se üldözzük el! Ők is hasznos segítőtársaink a rovarok irtásában. Az ember közelsége ne jelentse, nem is jelentheti a madarak pusztulását még ott sem, ahol rendszeresen permeteznek. A permetezés főleg akkor veszélyezteti a madarakat, ha azok ki vannak éhezve, és elfogyasztják a mérgezett rovarokat, esetleg megisszák a permetlétócsákat. A permetlevet úgy kell megkeverni, hogy az semmiképpen se szennyezze a környezetet, és ne okozzon madárpusztulást.



Bécsi László felvétele

Január — 31 nap

1	**Csütörtök**	**Újév**
2	Péntek	Ábel
3	Szombat	Genovéva
4	**Vasárnap**	Titusz
5	Hétfő	Simon
6	Kedd	Boldizsár
7	Szerda	Attila
8	Csütörtök	Gyöngyvér
9	Péntek	Marcell
10	Szombat	Melánia
11	**Vasárnap**	Ágota
12	Hétfő	Ernő
13	Kedd	Veronika
14	Szerda	Bódog
15	Csütörtök	Lóránt
16	Péntek	Gusztáv
17	Szombat	Antal, Antónia
18	**Vasárnap**	Piroska
19	Hétfő	Sára
20	Kedd	Fábián, Sebestyén
21	Szerda	Ágnes
22	Csütörtök	Vince
23	Péntek	Zelma
24	Szombat	Timót
25	**Vasárnap**	Pál
26	Hétfő	Vanda
27	Kedd	Angelika
28	Szerda	Károly, Karola
29	Csütörtök	Adél
30	Péntek	Martina
31	Szombat	Marcella

Üvegbe zárt kert

Kamrában, pincében a legtöbb helyen porosodik egy-egy különleges formájú, palackkert építésére alkalmas, nagy űrtartalmú üveg. A művészi hatás érdekében jó, ha az üveg szája szűk, de középen és alul kihasasodik. Ha nincs más, egy ötliteres befőttes üveg is megteszi.

A tisztára mosott edény aljára 4—6 cm vastagon tegyünk gyöngykavicsot, vagy tiszta folyami kavicsot. Erre kerüljön a 6—8 cm vastag dúsított tőzeg, vagy finomra rostált komposztföld. Magunk készítette papírtölcsér segítségével juttathatjuk be a kavicsot és a földet. Fiatal és kicsi növények valók a palackkertbe. Elsősorban a páraigényes növényeket ültessük bele, például a broméliaféléket: Aechmeát, Vriesiát, de lehet Pileát, Peperomiát, Chlorophytumot, sőt pletykát, borostyánt, vízipálmát is. Ha a növények egy része kinőtte az üveget, cseréljük ki kicsikre és fiatal növényekre. Az ültetést gondos beöntözés kövesse, de a továbbiakban évente elég 2—3 alkalommal megöntözni, mert a növények által termelt pára nagyrészt fedezi a vízszükségletet. Hasonlóképpen nem szükséges tápanyag-visszapótlásról sem gondoskodni, elég, ha a kezdet kezdetén jó talajt helyezünk az üvegbe. A palackkertet állítsuk a szoba feltűnő és világos részébe.

Február 28 nap

1	**Vasárnap**	Ignác
2	Hétfő	Karolina
3	Kedd	Balázs
4	Szerda	Ráhel
5	Csütörtök	Ágota
6	Péntek	Dorottya
7	Szombat	Tódor
8	**Vasárnap**	Aranka
9	Hétfő	Abigél
10	Kedd	Elvira
11	Szerda	Bertold
12	Csütörtök	Lídia
13	Péntek	Ella, Linda
14	Szombat	Bálint
15	**Vasárnap**	Kolos
16	Hétfő	Julianna
17	Kedd	Donát
18	Szerda	Bernadett
19	Csütörtök	Zsuzsanna
20	Péntek	Aladár
21	Szombat	Eleonóra
22	**Vasárnap**	Gerzson
23	Hétfő	Alfréd
24	Kedd	Mátyás
25	Szerda	Géza
26	Csütörtök	Edina
27	Péntek	Ákos
28	Szombat	Elemér

Lemosó permetezés

Egyszer egy évben, minden tél végén, még azok is permetezzék le gyümölcsfáikat, akik egyébként semmiféle kemikáliát nem használnak a kertjükben. Ennek az egyetlen és pótolhatatlan permetezésnek úgy is lehet növelni a hatásosságát, hogy egyrészt mindig időben — tehát a tél végén és rügypattanás előtt — lemosásszerűen minden fát, bokrot, támberendezést, kerítést áztatásszerűen lepermetezünk. Úgy is növelhetjük a hatásosságát, ha rendszeresen úgynevezett mechanikai védekezésben részesítjük a fáinkat. Ez abból áll, hogy a liszthartmattal fertőzött vesszőket rendszeresen levágjuk és elégetjük. Nem hagyunk monília val fertőzött gyümölcsöt a fán vagy a fák alatt. Lecsípjük a levéltetűvel borított hajtásvégeket és minden betegnek látszó vagy kártevő jelenlétére utaló hajtást levágunk és megsemmisítünk. A kiskertben ezzel jelentősen csökkenthetjük a kártevőket és a gombabetegségek terjedését is. Persze ehhez nagy türelem és állandó jelenlét szükséges.

Ebben a zárt rügyállapotban permetezzünk

Amikor már ennyire kihajtottak a rügyek, megkéstünk a permetezéssel
Dr. Bodor János felvételei

Március 31 nap

1	**Vasárnap**	Albin
2	Hétfő	Lujza
3	Kedd	Kornélia
4	Szerda	Kázmér
5	Csütörtök	Adorján
6	Péntek	Leonóra
7	Szombat	Tamás
8	**Vasárnap**	Zoltán
9	Hétfő	Franciska
10	Kedd	Ildikó
11	Szerda	Szilárd
12	Csütörtök	Gergely
13	Péntek	Krisztián
14	Szombat	Matild
15	**Vasárnap**	Nemzeti ünnep
16	Hétfő	Henrietta
17	Kedd	Gertrúd
18	Szerda	Sándor, Ede
19	Csütörtök	József
20	Péntek	Klaudia
21	Szombat	Benedek
22	**Vasárnap**	Beáta, Izolda
23	Hétfő	Emőke
24	Kedd	Gábor
25	Szerda	Irén, Irisz
26	Csütörtök	Emánuel
27	Péntek	Hajnalka
28	Szombat	Gedeon
29	**Vasárnap**	Auguszta
30	Hétfő	Zalán
31	Kedd	Árpád

Mivel permetezzünk? Három-négy évenként a nagyon elhanyagolt kertekben használható gyümölcsfaolaj 4 százalékos oldata. Ha sárgaméreggel permetezünk (Novenda) 15—20 dkg szert oldjunk fel 10 liter vízben. Az egyenletes elkeverés érdekében előbb készítsünk egy törzsoldatot, tehát 1 liter vízben oldjuk fel a 15—20 dkg-nyi szert, majd ezt az oldatot töltsük fel 9 liter vízzel. Vigyázat, erős méreggel dolgozunk, ezért használjunk védőruhát, és csak szélcsendes időben permetezzünk, s a gyereket ez idő alatt „száműzzük" a kertből. Igen jó szer a télvégi lemosó permetezésekre a Neopol is. Ez valamivel enyhébb méreg. 5 százalékos töménységű oldatot készítünk, 50 dkg szer és 10 liter víz felhasználásával. A két utóbbi szert évente válthatjuk.

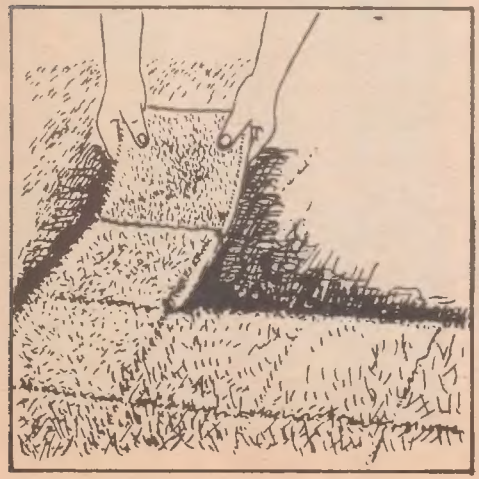
Gyepet magról vagy gyepkockáról

Gyepet telepíteni a legjobb az év két hónapjában: áprilisban és augusztusban. Még a leggazdaságosabban megtervezett haszonkertben is elfér egy kis zöld felület, ahol a gyerekek és a felnőttek is kedvükre mozoghatnak, s nem kell örökösen attól tartani, hogy valami értékes zöldségnövényt letaposnak. A vetőmagszaküzletekben nem mindig egyforma a választék a fűmagból. Vegyünk taposást is jól bíró sportfűkeveréket, ha egy mód van rá.

A fű vetése előtt nagyon gondosan kapáljuk, vagy ássuk, majd egyengessük és végül tömörítsük a talaj felületét. Különösen a kötöttebb talajokon jó, ha legalább egy hétig ülepedik a föld. A magot mindig magunk előtt vessük, lehetőleg egyenletesen szórva úgy, hogy közben hátrafelé haladunk, így nem tapad a talpunkra az értékes fűmag. 1 négyzetméterre 3—4 dkg-ot szánjunk. A gereblye fokával egyenletesen ütögessük a talajba. Végezetül egészen vékonyan finomra szitált komposztfölddel takarjuk a vetést. Ezután még következzen a hengerezés is, majd az öntözés, finoman oszló rózsával ellátott öntözőkannából. A durva sugarú víz kimossa a sekélyen vetett magot a földből. Öntözni — száraz időben — kétnaponként szükséges.

Ha nagyon gyorsan szeretnénk gyepfelületet kialakítani, szerezzünk gyepkockát. Ezt a legjobb kora ősszel, vagy kora tavasszal — májusig — lefektetni. A gyakorlatban a 30x30 cm-es, 3—4 cm vastagságú gyeptégla vált be a legjobban. A gyeptéglák lefektetése előtt is szép egyenletes talajfelületet célszerű kialakítani. Elég olyan mélységűre elhelyezni a kockákat, mint annak a vastagsága. A kockák szorosan kapcsolódjanak egymáshoz. A lerakás után enyhén érdemes ütögetni egy rönkfával, majd az egész felületet finom tőzegkorpával vagy komposztfölddel 0,5—1 cm vastagon hintsük meg.

Végezetül gondosan és bőségesen öntözzük. Intenzíven használatba venni a lerakást követő egy hónap múlva célszerű. Az első nyírást — csakúgy mint a magról nevelt gyep esetében — sarlóval, vagy kaszával végezzük.



Április 30 nap

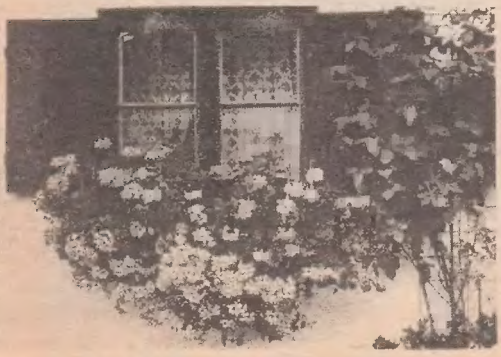
1	Szerda	Hugó
2	Csütörtök	Áron
3	Péntek	Buda, Richárd
4	**Szombat**	**Felszabadulás ü.**
5	**Vasárnap**	Vince
6	Hétfő	Vilmos
7	Kedd	Herman
8	Szerda	Dénes
9	Csütörtök	Erhard
10	Péntek	Zsolt
11	Szombat	Leó
12	**Vasárnap**	Gyula
13	Hétfő	Ida
14	Kedd	Tibor
15	Szerda	Anasztázia
16	Csütörtök	Csongor
17	Péntek	Rudolf
18	Szombat	Andrea
19	**Vasárnap**	**Húsvét**
20	**Hétfő**	**Húsvét**
21	Kedd	Konrád
22	Szerda	Csilla, Noémi
23	Csütörtök	Béla
24	Péntek	György
25	Szombat	Márk
26	**Vasárnap**	Ervin
27	Hétfő	Zita
28	Kedd	Valéria
29	Szerda	Péter
30	Csütörtök	Katalin

Erkélyládák, edényes növények

Kertje, telke nincs mindenkinek, de virágos ablaka, erkélyládája már sok embernek lehet. Régi megfigyelés, hogy az otthonukat szerető és magukénak érző emberek gondoskodnak virágról a közvetlen környezetükben. Erkélyláda hiányában virágos cserepeket szoktak szorosan egymás mellé állítani az ablakpárkányra. Ennek azonban hátránya, hogy a cserép gyorsan kiszárad és nem is annyira szép, mutatós, mint a láda.

A műanyag virágtartók könnyen beszerezhetők és egyszerűbb őket tisztítani, mint a fából készülteket, viszont ez utóbbiak szebbek, mert természetes anyagból készülnek. A fatartót célszerű — legalábbis az alját — fóliával bélelni. Erre kerüljön néhány centiméter vastagságban gyöngykavics, majd kiváló minőségű virágföld. Ezen sok múlik, nem szabad sajnálni rá a pénzt. Az erkélyládában a növények nem egészen természetes körülmények között élnek. Rendszeresen kell gondoskodni a tápanyag-utánpótlásról, például lombtrágyázással. (A legmegfelelőbb a kéthetenkénti 0,2 százalékos Wuxalos permetezés.)

Déli-délnyugati erkélyre vagy ablakba, ahová sokáig tűz a nap, ültessünk virágzó muskátlitöveket, vessünk közé élénkítésül petúniát, esetleg büdöskét. Jól mutat az oroszlánszáj is. Lehet egy-egy tő estikét is ültetni — az illat kedvéért. A futómuskátli már kényesebb, nem szereti a tűző napot, kerüljön tehát félárnyékba. A futómuskátli — különösen eltérő színű fajtákat összeválogatva — önmagában is mutatós (képünk).



Május 31 nap

1	**Péntek**	**Munka ünnepe**
2	Szombat	Zsigmond
3	**Vasárnap**	Tímea, Irma
4	Hétfő	Mónika, Flórián
5	Kedd	Györgyi
6	Szerda	Ivett, Frida
7	Csütörtök	Gizella
8	Péntek	Mihály
9	Szombat	Gergely
10	**Vasárnap**	Ármin
11	Hétfő	Ferenc
12	Kedd	Pongrác
13	Szerda	Szervác
14	Csütörtök	Bonifác
15	Péntek	Zsófia, Szonja
16	Szombat	Mózes
17	**Vasárnap**	Paszkál
18	Hétfő	Erik
19	Kedd	Ivó, Milán
20	Szerda	Bernát
21	Csütörtök	Konstantin
22	Péntek	Júlia, Rita
23	Szombat	Dezső
24	**Vasárnap**	Eszter
25	Hétfő	Orbán
26	Kedd	Fülöp
27	Szerda	Hella
28	Csütörtök	Emil, Csanád
29	Péntek	Magdolna
30	Szombat	Janka, Zsanett
31	**Vasárnap**	Angéla

Árnyékos, hűvös ablakba is kerüljön növény. Ide való a borostyán. Félárnyékba, esetleg keleti tájolású ablakba valók a gumós begónia és az egynyári begóniák is. Ez utóbbiak kevésbé igényesek, mint a gumósok.

Nemcsak az erkélyládával, hanem edényes növényekkel is lehet az erkélyt, a teraszt díszíteni, különösen ha elég nagy. Ilyen edényes növény a leander (amelyet augusztusban félfás vagy zölddugványról magunk is meggyökereztethetünk, egy pohár vízben). Szép a mályvacserje, a gránátalma is. Ezek a növények télire fagymentes, világos helyet kívánnak. Átültetni csak nagyon indokolt esetben célszerű őket, viszont rendszeres trágyázást és lombtrágyázást is igényelnek.

Fotó: Czáka Sarolta

Virág a vázában

Hogyan lehet a vágott virág tartósságát egyszerű eszközökkel növelni? Amikor virágot kapunk, első dolgunk legyen az összekötött csokrot szétbontani, majd a virágszárakat éles késsel vagy metszőollóval 1—2 centiméterrel visszakurtítani. A kókadt virágfejeket egy kis időre nedves selyempapírba burkolhatjuk.

Az orgona, a dísznapraforgó bimbós állapotban nem nyílik ki a vázában. A gladióluszt is tanácsos félig nyílt állapotban megvenni, mert a teljesen zárt bimbók zártan is maradnak.

A virág tartósságát növeli a gyakori vízcsere. A ciklámen nálunk inkább cserepes virágként ismert, de terjedőben van vágott virágként való alkalmazása is. Három hétig is friss marad, ha szárát 4—5 cm hosszúságban bemetszük. Tartós virág a papagájvirág, a flamingóvirág, az orchideák — sajnos ezek egyúttal a legdrágábbak is.

A frisseség megőrzése érdekében tehetünk a vázába néhány fasződarabkát vagy kevés faszénport, szentabletta gyógyszert. Ennek hiányában jól konzervál egy fél kávéskanálnyi közönséges konyhasó is. A karácsony táján gyakori mikulásvirág vágott virágként is hálás. Mivel jócskán ereszt nedvet, megalvad, s a virág sokkal tartósabb lesz. A tulipánok és egyes jácintfélék szárának végét érintsük néhány pillanatra forró főzőlaphoz, ezzel tartósabbá tesszük az egyébként gyorsan elnyíló virágokat is.

Amikor a szegfűnek véletlenül leszakad a feje, egy kis ötletességgel csinos ünnepi asztali díszt készíthetünk néhány szál aszparátusz, a letört virágfej és egy kicsi váza segítségével.

Dr. Bodor János felvétele

Június 30 nap

1	Hétfő	Tünde
2	Kedd	Kármen
3	Szerda	Klotild
4	Csütörtök	Bulcsu
5	Péntek	Fatime
6	Szombat	Norbert
7	**Vasárnap**	**Pünkösd**
8	Hétfő	Medárd
9	Kedd	Félix
10	Szerda	Margit
11	Csütörtök	Barnabás
12	Péntek	Villő
13	Szombat	Antal
14	**Vasárnap**	Vazul
15	Hétfő	Jolán
16	Kedd	Jusztin
17	Szerda	Laura, Alida
18	Csütörtök	Arnold
19	Péntek	Gyárfás
20	Szombat	Rafael
21	**Vasárnap**	Alajos
22	Hétfő	Paulina
23	Kedd	Zoltán
24	Szerda	Iván
25	Csütörtök	Vilmos
26	Péntek	János, Pál
27	Szombat	László
28	**Vasárnap**	Levente, Irén
29	Hétfő	Péter, Pál
30	Kedd	Pál

A komposzttelep

A kertészek krónikus gondja a trágyabeszerzés. Annak még viszonylag könnyű dolga van, aki állatokat tart, mert akár a csirketrágyát is, erős hígítással vagy 1—2 éves érleléssel, kitűnő kerti trágyává lehet érlelni. De mihez fogjon az, akinek nincsenek állatai, s az állattartással járó lekötöttséget még a trágya kedvéért sem akarja vállalni? A kérdésre egyszerű a válasz: komposztáljon.

A komposzttelep — még a leggondosabban kezelt sem válik a kert díszére. Ezért kevésbé frekventált helyre kerüljön: így melléképület mellé, sűrű bokrok által takart helyre. Elhelyezésénél arra ügyeljünk, hogy ide ne folyjon a csapadékvíz, tehát kicsit legyen a környezeténél magasabban. Ide hordhatjuk a fűkaszálékot, az egészséges őszi lombot, a szerves konyhai hulladékot, a még föl nem magzott gyomot. Tilos a komposzttelepre vinni üvegcserepet, műanyag flakonokat, magvas gyomnövényeket, beteg növényi részeket (a metszési hulladékot sem célszerű). Ne komposztáljuk a dió- és vadgesztenyelevelet sem, mert ezekben csírázásgátló anyagok vannak, s később esetleg a magtakarásra használt komposztföld éppen a csírázását nehezíti majd. A fahamut, a kávé- és teazaccot nyugodtan a komposzt közé keverhetjük.

Igyekezzünk rétegeket kiképezni és a bomlás meggyorsítása érdekében 1 köbméter komposztra számítva keverjünk összesen 15—16 kg vegyes műtrágyát (NPK) a kazalba. Az egyes rétegeket nem árt kissé tömöríteni — egyszerűen taposással — ezzel is siettethetjük az összeérést. A kazal szélessége ne legyen másfél méternél több, magassága ugyanennyi lehet. Amennyiben az összehordott anyag nagyon száraz, mérsékelten öntözzük. Miután elértük a kívánt magasságot, fedjük be az egész kazlat tenyérnyi vastagságú földdel. Az összerakás után néhány hónappal gondosan át kell keverni vasvillával. Átkevereskor is meg lehet öntözni kissé. A szabályosan felépített, évente kétszer megkevert kazalból rövid év leforgása alatt kész komposztföldet nyerünk.

Fotó: Halasi Mária

Július — 31 nap

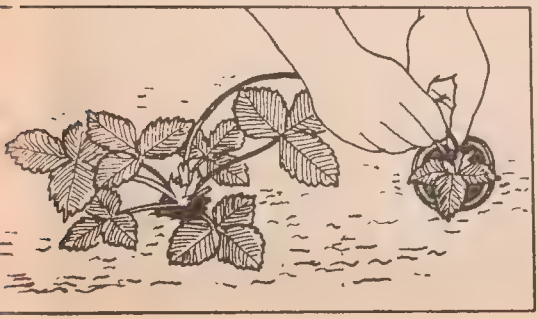
1	Szerda	Tihamér
2	Csütörtök	Ottó
3	Péntek	Kornél
4	Szombat	Ulrik
5	**Vasárnap**	Emese, Sarolta
6	Hétfő	Csaba
7	Kedd	Apollónia
8	Szerda	Ellák
9	Csütörtök	Lukrécia
10	Péntek	Amália
11	Szombat	Nóra, Liliána
12	**Vasárnap**	Izabella
13	Hétfő	Jenő
14	Kedd	Őrs
15	Szerda	Henrik
16	Csütörtök	Valter
17	Péntek	Endre, Elek
18	Szombat	Frigyes
19	**Vasárnap**	Emília
20	Hétfő	Illés
21	Kedd	Dániel
22	Szerda	Magdolna
23	Csütörtök	Lenke
24	Péntek	Kinga
25	Szombat	Kristóf, Jakab
26	**Vasárnap**	Anna, Anikó
27	Hétfő	Olga
28	Kedd	Szabolcs
29	Szerda	Márta, Flóra
30	Csütörtök	Judit
31	Péntek	Oszkár

Szamóca a kertben

Akár csak néhány négyzetméteren is, de a szamócának helyet kell szorítani, még a legkisebb kertben is. Nem csupán azért, mert a korai cseresznyén kívül az év legkorábbi friss gyümölcse, de fűszeres ízéért is.

Szamócát bárhová lehet telepíteni, ahol a talaj felső, legalább 30 centiméteres rétege jó szerkezetű. Ha talajunk nagyon köves, agyagos, 50 százalékban tőzeg (semleges kémhatású) 25 százalék homok és 25 százalék kerti, vagy komposztföldi keverékéből kitűnő szamócatalajt készíthetünk. Ha a terület erősen gyomos, akkor — különösen a tarackos területeken — a telepítés előtti gyomtalanítás nem maradhat el. Meghálálja a négyzetméterenként kiszórt 4—5 kg érett istállótrágyát, vagy 5—6 kg dúsított komposztot, valamint 8—9 dkg vegyes műtrágyát. (Kissé érzékeny a kalciumkloridra!) Melegkedvelő, ne telepítsük a fák árnyékába, legföljebb addig, míg a csemeték nagyon fiatalok. Nem alkalmas szamócatelepítésre a mély fekvésű, hideg talaj és az időnként vízborításos sem.

Telepítésének ideje augusztusban van, az úgynevezett frigópalánták fölhasználásával a tél kivételével bármikor telepíthető. A már termő állományról a rajzon látható módon választhatunk le, kizárólag egészséges, legalább három levelű palántát.



60x30 cm-es sor- és tőtávolságra is telepíthetünk, sokan szeretik négyzetesen 50x50 cm-re ültetni a palántákat. Lehet 40x40 cm-re is ültetni. Jó ültetőfa segítségével a nagyon gondosan elmunkált és trágyázott talajba kerüljön a palánta. (Fontos, hogy csak érett trágyát használjunk, mert a gyökérzetet károsíthatja a félérett trágya!)

Amennyiben van módunk a fajták között válogatni, telepítsünk nyugodtan Gorellát, ennél korábban érik a Surprise des Halles, és a Pocanontas is jó fajta. A szamóca csaknem annyi vizet kíván, mint egy vízigényes zöldségféle. Ha nem kap elég vizet, a termése apró és ízletelenebb lesz.

Augusztus 31 nap

1	Szombat	Boglárka
2	**Vasárnap**	Lehel
3	Hétfő	Hermina
4	Kedd	Domonkos
5	Szerda	Krisztina
6	Csütörtök	Berta
7	Péntek	Ibolya
8	Szombat	László
9	**Vasárnap**	Emőd
10	Hétfő	Lőrincz
11	Kedd	Zsuzsanna, Tiborc
12	Szerda	Klára
13	Csütörtök	Ipoly
14	Péntek	Marcell
15	Szombat	Mária
16	**Vasárnap**	Ábrahám
17	Hétfő	Jácint
18	Kedd	Ilona
19	Szerda	Huba
20	**Csütörtök**	**Alkotmány ü.**
21	Péntek	Sámuel
22	Szombat	Menyhért
23	**Vasárnap**	Bence
24	Hétfő	Bertalan
25	Kedd	Lajos
26	Szerda	Izsó
27	Csütörtök	Gáspár
28	Péntek	Ágoston
29	Szombat	Beatrix, Erna
30	**Vasárnap**	Rózsa
31	Hétfő	Erika

Virághagyma-ültetés

Szeptember a virághagymák kiültetésének az ideje. Ahhoz ugyanis, hogy a hagymás virágok az ültetést követő tavasszal virágba szökjenek, szükségük van hideghatásra, amelyet a tél folyamán a mi klímánk alatt meg is kapnak.

A hagymás virágok szinte túlnyomórészt napos, meleg fekvést és szélárnyékos területet kívánnak. Lehetőleg ne ültessük lejtős területre sem, mert itt nem érzik jól magukat.

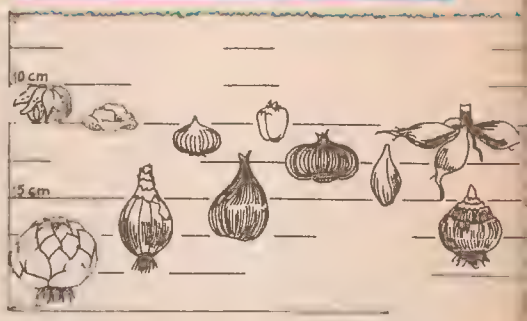
Fontos, hogy szeptember folyamán a földbe kerüljenek, így van módjuk az ősz folyamán alaposan begyökeresedni. A túl későn ültetett virághagyma sokkal fagyérzékenyebb. A hagymások csoportosan mutatnak jól, de semmiképpen sem sorban ültetve! A sziklakertbe valók elsősorban az apró hagymások; így a krókuszok, a csillagvirág stb. A nagyhagymások számára alakítsunk ki ágyást. Ha vegyes ágyat akarunk készíteni az ágyás szélére kerüljenek az apró, alacsony termetű fajok és leghátra a legmagasabbra növők. Gondos talaj-előkészítést és jó minőségű talajt kívánnak valamennyien. Nem szabad azt sem elfelejteni, hogy 2—3 évig egy helyen maradnak, tehát úgy igyekezzünk, hogy erre a három évre legalább elegendő tápanyagot tartalmazzon a talaj. Háromévenként az elvirágzás után kiszedjük a hagymákat, de csak akkor, amikor a lombozatuk már teljesen elszáradt. A nyáron át kamrában pihenő hagymákat ősszel újra telepítjük, a kisebb sarjhagymákat esetleg tovább neveljük.

Az ültetési mélység körülbelül a hagyma mindenkori méretének a két-, két és félszerese.

Ha kertünk talaja túlságosan kötött, vagy nagyon laza, homoktalaj, mindkét esetben javítsuk meg komposztfölddel, még a hagymaültetés előtt. Az apróhagymások — krókusz, törpeliliom, csillagvirág, téltemető hagymája — 5—8 cm mélyre, a tulipán, jácint, nárcisz 8—

Szeptember 30 nap

1	Kedd	Egyed, Egon
2	Szerda	István
3	Csütörtök	Hilda
4	Péntek	Rozália
5	Szombat	Viktor
6	**Vasárnap**	Zakariás
7	Hétfő	Regina
8	Kedd	Mária, Adrienn
9	Szerda	Ádám
10	Csütörtök	Nikolett
11	Péntek	Teodóra
12	Szombat	Mária
13	**Vasárnap**	Kornél
14	Hétfő	Szeréna
15	Kedd	Enikő
16	Szerda	Edit
17	Csütörtök	Zsófia
18	Péntek	Diána
19	Szombat	Vilhelmina
20	**Vasárnap**	Friderika
21	Hétfő	Máté
22	Kedd	Móric
23	Szerda	Tekla
24	Csütörtök	Gellért
25	Péntek	Eufrozina
26	Szombat	Jusztina
27	**Vasárnap**	Adalbert
28	Hétfő	Vendel
29	Kedd	Mihály
30	Szerda	Jeromos



13 cm, a liliomfélék 15—18 cm mélyre kerüljenek (rajz). A fagyérzékenyeket — különösen a liliomokat az első évben takarjuk be 20—25 cm vastagon szalmával, vagy egészséges őszi lombbal, még a nagyobb hideg beállta előtt.

Telepítési tanácsok

Gyümölcsfát, szőlőt, díszcserjét lehetőleg mindig ősszel telepítsünk, mert így a téli csapadék is nekünk dolgozik és a fák biztosabban erednek meg.

A csemete vásárlásakor ügyeljünk arra, hogy csak egészséges, jól fejlett, dús, ép gyökérzetű és sima, egyenes törzsű fát vegyünk meg. Az sem baj, ha csak suháng (nincs kialakítva a korona), azaz el nem ágazó, gyökeres oltványt veszünk, mert ez biztosabban megered és a törzs magasságát is magunk határozzuk meg, így szabadabban alakítjuk ki a koronaformát (rajz).

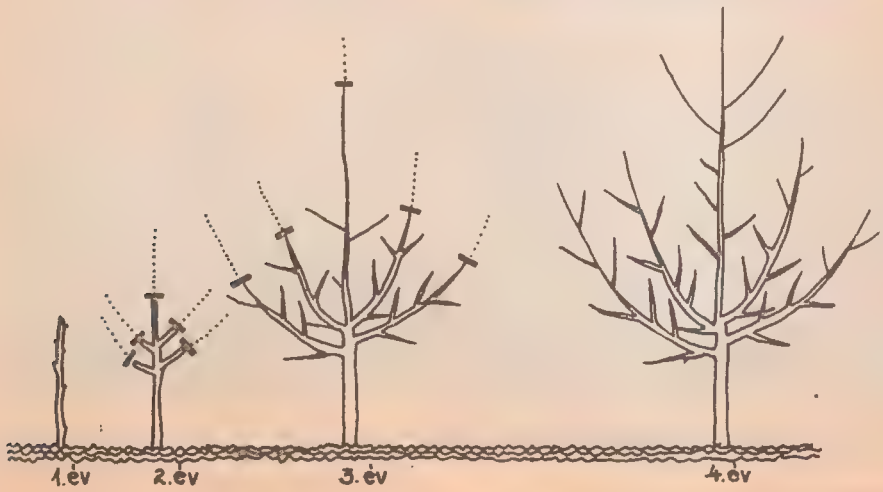
A faiskolai lerakatok egyikében-másikában rendesen becsomagolják a csemetét, de azért nem árt csomagolóanyagot és némi spárgát is magunkkal vinni! Szomorú látvány a gépkocsi csomagtartójára erősített csemeteköteg, amelynek gyökerei szabadon merednek az ég felé. A gyökerek így nagyon kiszáradnak, s a csemete esetleg meg sem ered.

A vásárlásnál elsősorban olyan fajokat és fajtákat válasszunk — a lehetőségekhez, a kínálathoz mérten —, amelyek jól tűrik kertünk talajviszonyait és mikroklimatikus adottságait. Ha a telek elég nagy, ültessünk egy diófát. Ültessünk korán érő nyári almát, korai körtét, naspolyát, birsalmát, mandulát, néhány mogyoróbokrot a kerítés mellé, zaj- és porfogó. De legyen helye az őszibaracknak, ringlónak is.

Még jóval az ültetés előtt legyen gondunk a szerves trágya beszerzésére is, bármilyen nehéz is ez, mert ezzel indítjuk a csemetéket, s a telepítés sikere, további örömünk, vagy bosszúságunk ezen is múlik. Úgy számoljunk, hogy egy-egy fára 15—20 kg szerves trágya és 15—20 dkg vegyes műtrágya jusson.

Október 31 nap

1	Csütörtök	Malvin
2	Péntek	Petra
3	Szombat	Helga
4	**Vasárnap**	Ferenc
5	Hétfő	Aurél
6	Kedd	Brunó
7	Szerda	Amália
8	Csütörtök	Koppány
9	Péntek	Dénes
10	Szombat	Gedeon
11	**Vasárnap**	Brigitta
12	Hétfő	Rezső, Miksa
13	Kedd	Kálmán, Ede
14	Szerda	Helén
15	Csütörtök	Teréz
16	Péntek	Gál
17	Szombat	Hedvig
18	**Vasárnap**	Lukács
19	Hétfő	Nándor
20	Kedd	Vendel
21	Szerda	Orsolya
22	Csütörtök	Előd
23	Péntek	Gyöngyi
24	Szombat	Salamon
25	**Vasárnap**	Blanka
26	Hétfő	Dömötör
27	Kedd	Szabina
28	Szerda	Simon
29	Csütörtök	Nárcisz
30	Péntek	Alfonz
31	Szombat	Farkas

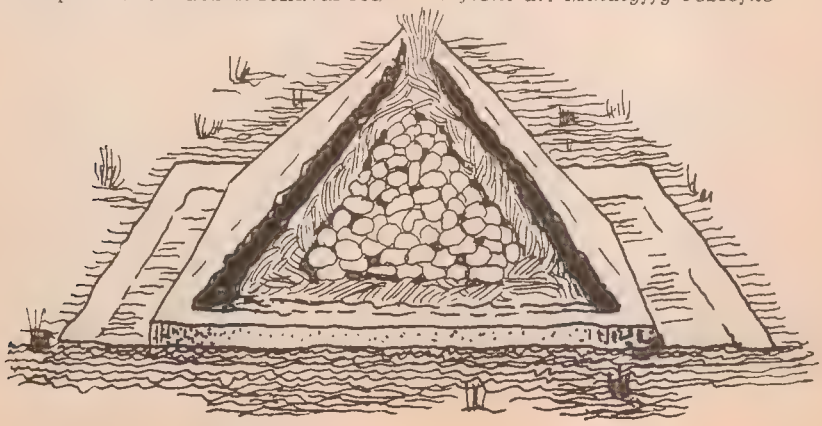


Zöldségtárolás

Különösen könnyű, homoktalajokon tanácsos megtermelni a család évi gyökérzöldség-szükségletét. Pasztinákot is érdemes vetni egyidőben a sárgarépával és a petrezselyemmel. A pasztinák kötöttebb talajon is szép répatestet nevel. A kiszedéskor gondosan ügyelni kell arra, hogy a gyökérzöldség ne sérüljön. Csak teljesen ép, egészséges gyökeret érdemes tárolni. A földtől egy darabka zsákvászon fölhasználásával tisztítsuk meg a répát. Nem szükséges, sőt egyenesen káros megmosni hosszabb tárolás előtt. Csak ép szívlevelű, kiegyenlített nagyságú gyökeret tároljunk. Kisebb mennyiséget ládában, nyírkos homokban rétegesen tegyünk el. Nagyobb mennyiséget szabadföldi prizmában tároljunk.

Hogyan készül a prizma? A kertnek jelöljük ki egy magasabban fekvő pontját, amely nincs túl messze a háztól, és ahol a csapadékvíz nem gyűlik össze. A prizma alsó szélessége 0,8—1,1 méter legyen, magassága ne haladja meg a 0,8 métert, hossza bármilyen lehet. A prizma aljára terítsünk 4—5 cm vastagságban homokot, majd 20—25 cm-es gyökérzöldség rétegeket képezzünk ki. Erre ismét homokréteg kerül. A prizmát fölfelé keskenyedő formájúra alakítsuk ki, míg elérjük a kívánt magasságot. Ezután 20—30 cm-es szalmaréteggel fedjük. Ha az idő nagyon hidegre fordul, ugyanilyen vastagságú földdel takarjuk (rajz). A tetejét ne takarjuk földdel, elég szalmacsutakkal zárni, hogy azon keresztül távozhasson a zöldség által termelt szén-dioxid és pára. Esős időben fóliával fedhetjük a prizmát az eső elmúltával azonban vegyük le a fóliát.

Rajzok: dr. Mihályffy Józsefné



November 30 nap

1	**Vasárnap**	Marianna
2	Hétfő	Achilles
3	Kedd	Győző
4	Szerda	Károly
5	Csütörtök	Imre
6	Péntek	Lénárd
7	**Szombat**	**Okt. Szoc. Forr.**
8	**Vasárnap**	Zsombor
9	Hétfő	Tivadar
10	Kedd	Réka
11	Szerda	Márton
12	Csütörtök	Jónás
13	Péntek	Szilvia
14	Szombat	Aliz
15	**Vasárnap**	Albert, Lipót
16	Hétfő	Ödön
17	Kedd	Hortenzia
18	Szerda	Jenő
19	Csütörtök	Erzsébet
20	Péntek	Jolán
21	Szombat	Olivér
22	**Vasárnap**	Cecília
23	Hétfő	Kelemen
24	Kedd	Emma
25	Szerda	Katalin
26	Csütörtök	Virág
27	Péntek	Virgil
28	Szombat	Stefánia
29	**Vasárnap**	Taksony
30	Hétfő	András, Andor

Tél alá vetés

Tél alá vetésnek nevezik azt az eljárást, amikor az alacsony csírázási hőigényű — általában olajtartalmú — magvakat: a petrezselymet, a sárgarépát, sőt a dughagymát, borsót november második felében elvetjük. Az idő az évnek ebben a szakában már napról napra hidegebb, s a magvak nem csíráznak ki csak a következő évben, s a tél alá vetést korai keléssel hálálják meg.

Mielőtt a vetéshez fognánk, a talajt nagyon gondosan készítsük elő. A túlságosan kötött, köves, rossz szerkezetű talajokon nem fejlődik ki szép répatest, hanem csak nyomorék, csavarodott. Ha választhatunk, ezeket a zöldségféléket könnyű, homokos vályog talajokra vessük, vagy a talajt cseréljük ki, legalább néhány ágyásnyi területen. Amennyiben erre nincs energiánk, fogjunk hozzá a talaj megjavításához. Forgassunk be a talajba négyzetméterenként legalább 20—25 kg komposztföldet, esetleg letermett gombatrágyát. Gyakori kapálással lazítsuk a területet a magvetésig. Mivel ezek apró magvak, nagyon gondosan elmunkált, morzsalékos szerkezetűre munkáljuk a rögöket, s csak ezután vessünk.

A petrezselymet, sárgarépát 25 centiméter sortávolságra vessük, sekélyen. A dughagymát 5—8, a fokhagymagerezdeket 8—10 cm-re duggassuk el egymástól. A zöldborsót 25 cm-es sortávolságra és a szokottnál mélyebbre, 8—9 cm mélyre vessük.

A tél alá vetésnek a kötött, agyagos talajokon van a legnagyobb jelentősége, ahol tavasszal sokszor csak április táján lehet a talajra rámenni, mert annyira tapadós, művelhetetlen.

December 31 nap

1	Kedd	Elza
2	Szerda	Melinda
3	Csütörtök	Ferenc
4	Péntek	Borbála
5	Szombat	Vilma
6	**Vasárnap**	Miklós
7	Hétfő	Ambrus
8	Kedd	Mária
9	Szerda	Natália
10	Csütörtök	Judit
11	Péntek	Árpád
12	Szombat	Gabriella
13	**Vasárnap**	Luca
14	Hétfő	Szilárda
15	Kedd	Valér
16	Szerda	Etelka
17	Csütörtök	Lázár
18	Péntek	Auguszta
19	Szombat	Viola
20	**Vasárnap**	Teofil
21	Hétfő	Izidor
22	Kedd	Zénó
23	Szerda	Viktória
24	Csütörtök	Ádám, Éva
25	**Péntek**	**Karácsony**
26	**Szombat**	**Karácsony**
27	**Vasárnap**	János
28	Hétfő	Kamilla
29	Kedd	Tamás
30	Szerda	Dávid
31	Csütörtök	Szilveszter

A 12 hónapra való jó tanácsokat összeállította: Tamás Enikő.
Fotó: Halasi Mária

Összesített naptár az 1981. évre

Január

H		5	12	19	26
K		6	13	20	27
Sz		7	14	21	28
Cs	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
Sz	3	10	17	24	31
V	**4**	**11**	**18**	**25**	

Február

	2	9	16	23	
	3	10	17	24	
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	
	7	14	21	28	
1	**8**	**15**	**22**		

Március

	2	9	16	23	30	
	3	10	17	24	31	
	4	11	18	25		
	5	12	19	26		
	6	13	20	27		
	7	14	21	28		
1	**8**	**15**	**22**	**29**		

Április

H		6	13	20	27
K		7	14	21	28
Sz	1	8	15	22	29
Cs	2	9	16	23	30
P	3	10	17	24	
Sz	**4**	11	18	25	
V	**5**	**12**	**19**	**26**	

Május

	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	
	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	
2	9	16	23	30	
3	**10**	**17**	**24**	**31**	

Június

	1	8	15	22	29
	2	9	16	23	30
	3	10	17	24	
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	
	7	**14**	**21**	**28**	

Július

H		6	13	20	27
K		7	14	21	28
Sz	1	8	15	22	29
Cs	2	9	16	23	30
P	3	10	17	24	31
Sz	4	11	18	25	
V	**5**	**12**	**19**	**26**	

Augusztus

	3	10	17	24	31	
	4	11	18	25		
	5	12	19	26		
	6	13	**20**	27		
	7	14	21	28		
1	8	15	22	29		
2	**9**	**16**	**23**	**30**		

Szeptember

	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	
2	9	16	23	30	
3	10	17	24		
4	11	18	25		
5	12	19	26		
6	**13**	**20**	**27**		

Október

H		5	12	19	26
K		6	13	20	27
Sz		7	14	21	28
Cs	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
Sz	3	10	17	24	31
V	**4**	**11**	**18**	**25**	

November

	2	9	16	23	30	
	3	10	17	24		
	4	11	18	25		
	5	12	19	26		
	6	13	20	27		
	7	14	21	28		
1	8	15	22	29		

December

	7	14	21	28		
1	8	15	22	29		
2	9	16	23	30		
3	10	17	24	31		
4	11	18	**25**			
5	12	19	**26**			
6	13	20	27			

Összesített naptár az 1982. évre

Január

H		4	11	18	25
K		5	12	19	26
Sz		6	13	20	27
Cs		7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
Sz	2	9	16	23	30
V	**3**	**10**	**17**	**24**	**31**

Február

1	8	15	22	
2	9	16	23	
3	10	17	24	
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	13	20	27	
7	**14**	**21**	**28**	

Március

1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	31
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	13	20	27	
7	**14**	**21**	**28**	

Április

H		5	12	19	26
K		6	13	20	27
Sz		7	14	21	28
Cs	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
Sz	3	10	17	24	
V	**4**	**11**	**18**	**25**	

Május

	3	10	17	24	31
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	
	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	
2	**9**	**16**	**23**	**30**	

Június

	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	**13**	**20**	**27**	

Július

H		5	12	19	26
K		6	13	20	27
Sz		7	14	21	28
Cs	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
Sz	3	10	17	24	31
V	**4**	**11**	**18**	**25**	

Augusztus

	2	9	16	23	30
	3	10	17	24	31
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	**20**	27	
	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	

Szeptember

	6	13	20	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	
4	11	18	25	
5	**12**	**19**	**26**	

Október

H		4	11	18	25
K		5	12	19	26
Sz		6	13	20	27
Cs		7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
Sz	2	9	16	23	30
V	**3**	**10**	**17**	**24**	**31**

November

1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	13	20	27	
7	**14**	**21**	**28**	

December

	6	13	20	27	
	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	
2	9	16	23	30	
3	10	17	24	31	
4	11	18	25		
5	**12**	**19**	**26**		

A Hold 1981-ben

	Földközelben	Földtávolban
Január	15-én 4 óra	27-én 21 óra
Február	9-én 0 óra	24-én 18 óra
Március	8-án 13 óra	24-én 10 óra
Április	5-én 20 óra	20-án 17 óra
Május	4-én 6 óra	17-én 19 óra
Június	1-én 15 óra	14-én 4 óra
Június	29-én 20 óra	— — —
Július	27-én 10 óra	11-én 19 óra
Augusztus	21-én 22 óra	8-án 13 óra
Szeptember	17-én 5 óra	5-én 8 óra
Október	15-én 3 óra	3-án 2 óra
Október	— — —	30-án 16 óra
November	12-én 12 óra	26-án 22 óra
December	11-én 1 óra	24-én 0 óra

A Föld napközelben január 2-án

A Föld naptávolban július 3-án

Tavasz kezdete március 20-án 18 óra 3 perckor

Nyár kezdete június 21-én 12 óra 45 perckor

Ősz kezdete szeptember 23-án 4 óra 6 perckor

Tél kezdete december 21-én 23 óra 51 perckor

1981: a rokkantak nemzetközi éve

Beszélgetés
dr. Borsay Jánossal,
az Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet
főigazgatójával

Az ENSZ 1981-et a rokkantak nemzetközi évének nyilvánította. Jól emlékszünk még arra az évre, amelyet az ENSZ a nők jogainak, egyáltalán a nők problémáinak szentelt, s mely azután a nők évéből a nők évtizedévé nőtte önmagát. 1979 volt a nemzetközi gyermekév. Vajon mi az oka annak, hogy egy ilyen világot átfogó, nagytekintélyű nemzetközi szervezet most egy esztendőt arra szán, hogy a világ államainak, szervezeteinek, ha úgy tetszik a Föld lakosságának a figyelmét a rokkantak kérdésére irányítsa?

Már 1975-ben megfogalmaztak egy ENSZ nyilatkozatot a rokkantak jogairól. Ez a nyilatkozat a többi között kimondja, hogy: „Minden rokkant személyt megillet az emberi méltóságnak kijáró tisztelethez való elidegeníthetetlen jog. A rokkantakat, legyen bármilyen fogyatékosságuk és rokkantságuk eredete, jellege és súlyossága, ugyanazok az alapvető jogok illetik meg, mint azonos korú polgártársaikat, ami jelenti elsősorban és mindenekelőtt a rendes, a lehetőségekhez mérten legnormálisabb és legteljesebb élethez való jogot... A rokkantaknak joguk van orvosi, pszichológiai és funkcionális kezelésre, beleértve a protetikai és ortopédiai eszközöket is: orvosi és társadalmi rehabilitációra, művelődésre, szakmai oktatásra, képzésre és foglalkozási rehabilitációra, segítségre, tanácsra; elhelyezkedésük megkönnyítésére és egyéb olyan szolgáltatásokra, melyek lehetővé teszik számukra, hogy maximális fokra fejlesszék képességeiket és ismereteiket, és amelyek gyorsítják a társadalomba való beilleszkedésük, illetve újrabeilleszkedésük folyamatát."

E legfontosabb tudnivalók ismeretében, de számos kérdéssel kerestük fel dr. Borsay János főorvost, az Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet főigazgatóját:

— Mindenekelőtt egy kérdés vár válaszra, az, hogy valójában mit értünk e fogalom alatt, kit nevezünk rokkantnak?

— Az Önök által is ismert ENSZ-nyilatkozat ezt is megfogalmazza, mégpedig a következőképpen: „A rokkant személy kifejezés jelenti mindazokat a személyeket, akik testi vagy szellemi képességeikben fennálló — akár velük született, akár szerzett — fogyatékosságuk következtében egészében vagy részben nem tudják önállóan biztosítani önmaguk számára a normális egyéni és társadalmi élet szükségleteit." Ez a pontos, de tömör megfogalmazás azonban talán egy kiegészítésre szorul. Lehet betegség, lehet veleszületett ok, lehet baleset, amelynek következtében az emberi szervezet károsodást szenved. Ez a károsodás lehet átmeneti, tartós vagy végleges. A rövid ideig tartó betegséget gyógyítani kell; a tartós és végleges károsodás azonban már ennél többet, orvosi és társadalmi rehabilitációt is igényel. A károsodott személynél bizonyos funkciók korlátozottsága következik be, és ez fogyatékosságként jelenik meg. Ez igen gyakran mozgásszervi, érzékszervi vagy idegrendszeri fogyatékosság formájában jelentkezik. Tulajdonképpen azt az állapotot nevezhetjük fogyatékosnak, amelyben az egyén részben vagy teljesen képtelen végrehajtani olyan tevékenységeket, mint például a járás, a közlekedés, a táplálkozás, öltözködés, az evés, az olvasás, a munka, a sport — vagyis képtelen olyan tevékenységekre, amelyekre a hasonló korú és nemű, valamint kulturális színvonalú nem sérült egyén képes. Az ilyen károsodás, illetve fogyatékosság tartós rokkantsághoz vezethet.

— Az Ön véleménye szerint, miért olyan központi kérdés ez, hogy az ENSZ egy évet szentelt a figyelem e témára irányítására?

— Az ENSZ hivatalos adatai szerint a Föld népességének mintegy 10 százaléka tartozik a rokkantak kategóriájába és ez már igen nagy szám. Ne felejtse el, hogy ide tartoznak például a krónikus szív- és érrendszeri betegségekben, a cukorbetegségben vagy más tartós belgyógyászati betegségekben szenvedők is, nem csupán az érzékszervi, mozgásszervi, idegrendszeri károsultak. Ki ilyen, ki olyan szempontból szorul orvosi kezelés mellett rehabilitációra is. Ám az ENSZ nem csupán a 10 százalékos, igen magas arány miatt tartotta fontosnak a kérdést, hanem azért is, mert a rokkantság egy hátrányos helyzet, méghozzá úgy az egyén, mint a társadalom számára. Az egyén hátrányos helyzetbe kerül az önellátás, a függetlenség, a tanulás, a foglalkozás, a társadalmi kapcsolatok terén saját korosztályához és elfogadott szociális szerepéhez viszonyítva. Ez visszahat a társadalomra, a szűkebb környezetre, a családra. Ha „költségesebbnek" is tűnik számos területen elősegíteni a rokkantak rehabilitációját, mindenesetre gazdaságosabb, mint eltartani őket és szenvedni az ő szenvedéseik miatt. Arról nem is beszélve, hogy ez ellen az emberi humanitás is tiltakozik.

— Főorvos úr véleménye szerint hol kell kezdeni a rehabilitációt?

— Mióta az ember gondolkodik, tudja, hogy a rehabilitáció valójában a megelőzéssel kezdődik. A Családi Lapban is számos cikk jelent meg arról, hogy például a genetikai vizsgálatokkal, a terhesgondozással, a szülésre való megfelelő felkészüléssel milyen sok későbbi rokkantságnak elejét lehet venni. Önök írtak például a fenilketonuriáról. Ez például az a betegség, amelyben a szenvedő gyermeket szigorú diétával egészséges felnőtté lehet nevelni, míg ellenkező esetben, ha ezt nem ismerik fel vagy elhanyagolják, akkor súlyos értelmi fogyatékossághoz vezethet. Ugyanígy teljesen gyógyítható például a korán felismert gerincferdülés, amely később, felnőttkorban — ha előtte elhanyagolták — rokkantsághoz vezethet. Ezért tartom én, ezért tartja a szocialista egészségügy legfontosabb feladatának e téren is a megelőzést és remélem, hogy az 1981-es rokkantak éve elsősorban erre irányítja majd a figyelmet.

— Önnek ebben teljesen igaza van. Ám, mi a teendő, ha a károsodás bekövetkezett, akkor is beszélhetünk prevencióról?

— Beszélhetünk prevencióról, mert a bekövetkezett károsodás funkcionális

következményeit megelőzni, az épségben maradt vagy csak részben károsult funkciókat helyreállítani, ez a második szintű prevenció. Ha a károsodás bizonyos következményeit már nem lehet elhárítani, fogyatékosság fejlődött ki, akkor kap nagy szerepet a rehabilitáció. Alkalmassá kell tenni az egyént az életre, károsodása és fogyatékossága ellenére is. Ha az ember bizonyos képességeit elveszíti, megmaradnak más képességei — ezeket kifejleszteni a rehabilitáció feladata. Ahol a rehabilitáció jó, ott valójában nem következik be a rokkantság. Lehet az egyénnek károsodása, lehet bizonyos fogyatékossága, de ez még nem rokkantság. Én nagyon nem szeretem például azt a meghatározást, hogy megállapítják: X. Y. elvesztette fél lábát, tehát 67 százalékban rokkant és így valójában „igazi" rokkantnak tekinthető. Ez nem igaz! A fél láb elvesztése nagyon nagy károsodás, de ki meri azt mondani, hogy a megmaradt másik láb, hogy a megmaradt dolgos kezek, és nem utolsósorban a megmaradt szellemi képesség ehhez képest csak 33 százalékot jelent?! Ez hamis, és megalázó akkor is, ha a rokkantjáradék megállapításánál ez a mérce.

Rokkant-e a teljesen vak ember? Ha nem tanítom meg semmire, akkor igen. De, ha megtanítom közlekedni — akár kutya segítségével —, ha megtanítom dolgozni, szórakozni, olvasni, sportolni, ha családja lehet, akkor bizony már nem rokkant. És ezt nagyon sok vak ember maga is elmondja. Nem érzi magát társadalmon kívül, nem érzi magát csökkent értékűnek, pedig a teljesen egészséges emberek számára a vakság az elképzelhető egyik legsúlyosabb fogyatékosság.

— Ez valóban így igaz. De hadd kérdezzem meg, milyen az orvosi rehabilitáció helyzete hazánkban, milyen eredményekről számolhatnánk be évkönyvünk olvasóinak és melyek a legfőbb megoldásra váró tennivalók?

— Intézetünk 1975-ben alakult az országos orvosi rehabilitációs hálózat megszervezésére. Ma már eljutottunk odáig, hogy csaknem a megyék felében van már külön rehabilitációs részleg, vagy osztály a megyei kórházakban. Az a terv, hogy néhány éven belül minden megyében legyen hasonló. Ezek feladata nemcsak a betegek orvosi rehabilitációja, hanem az egészségügyi hálózat oktatása egészen az alapellátás szintjéig. Külön kiépülőben van az ideg-, elmebetegségek rehabilitációs hálózata, valamint a szív- és koszorúérbetegek szakellátásának egységes hálózata és így tovább.

— Amiről Ön szól, az a dolog orvosi része, ám a rehabilitáció nemcsak orvosi feladat. Jól emlékszem: néhány évvel ezelőtt részt vettem az önök intézetében az Országgyűlés Szociális és Egészségügyi Bizottságának itt, a helyszínen tartott ülésén, ahol Ön arról beszélt, milyen fontos már például a balesetet szenvedetteknél az első időben is nemcsak a fizikai, hanem a lelki gyógyítás is.

— Ez valóban így van. A rehabilitáció nemcsak orvosi szakmai feladat. Ha egy fiatalember magához tér az első öntudatlan állapotából és megtudja, hogy elvesztette a lábát, akkor őt nem az érdekli igazán, hogyan fogják orvosilag meggyógyítani, hanem az érdekli, hogyan fog tovább élni. A legfontosabb ennek a jövőnek a kialakítása és a továbbiakban abban segíteni a balesetet szenvedettet (vagy más károsodottat), hogy dolgozni, élni, beilleszkedni tudjon.

1967 óta érvényben van egy foglalkozási rehabilitációs rendelet. Ez sokoldalúan körvonalazza a feladatokat, ez tartalmazza például a rehabilitációs munkahelyek létesítésének kötelezettségét is. Új tervként szerepel egy központi foglalkozási rehabilitációs intézet létesítése. Ez sokat segíthet, de továbbra is a munkahelyek szerepe lesz a döntő. Rehabilitációs munkahelyekre van szükség, és arra, hogy minél több munkahelyet tegyenek alkalmassá szükség esetén rehabilitációra szoruló ember részére.

A cél a megmaradt képességek továbbfejlesztése és mindenekelőtt a szellemi képességek tovább-, illetve kifej-

lesztése. Ehhez van szükség a modern pedagógiai rehabilitációra. Ma már — ezt világszerte példák bizonyítják — szinte csodákat lehet művelni a szellemi képességek fejlesztésével fizikailag károsult személyek esetében.

— Amikor rokkantakról beszélünk, a legtöbben a mozgássérültekre, mozgáskárosodottakra gondolnak. Indokolt ez?

— Magyarországon — és Európában általában — a rokkantak legnagyobb tömegét a krónikus betegségekben, elsősorban a szív- és érrendszeri betegségekben szenvedők és a pszichiátriai betegek alkotják. Ez után következnek a mozgássérültek. Szám szerint ma mintegy 340 ezer a „hivatalosan rokkantak", vagyis a leszázalékoltak száma. Ezeknek nagy része is az előbbi csoportokból tevődik ki.

— Ön láthatóan nem szívesen beszél „leszázalékolásról", „rokkantosításról". Úgy érzi, hogy erre nincs szükség?

— Mindenképpen társadalmi vívmánynak tartom, hogy a szociális biztonság egy sajátos módja a társadalombiztosítási szolgáltatások sorában szerepel. Hiszen vívmány, hogy a rokkantjáradék biztosításával egy jelentős réteg létbiztonságát nem fenyegeti veszély. De ez kevés. Éppen az anyagi biztonság érzete az oka annak, hogy sokan maguk sem keresik a rehabilitáció valódi módját, nem keresik meg helyüket az értelmes munkában és így a társadalomban sem. Ez nagyon nagy kár, tragédia az egyénnek és kár a társadalomnak is, hiszen az a tagja, aki önmagából értéket nyújthatna, ezt nem teszi, s gyakran morális züllésével tönkreteszi a környezetét, még a társadalomra is veszélyessé válhat.

A rehabilitáció egyik nagy csodájának nevezném, hogy azonos az egyén és a társadalom érdeke akár kapitalista, akár szocialista társadalomban él. Az a cél, hogy a rokkantakról ne csupán humanitárius okokból gondoskodjék a társadalom, mert gazdasági szempontból legalább olyan nyomós érvek szólnak az ügy jelentősége mellett.

— Ön szerint össztársadalmi szinten mi lesz 1981 feladata?

— A társadalmat rá kell döbbenteni, hogy hazánk lakosságának mintegy 5—10 százaléka rehabilitációs támogatásra szorul. Nem szabad, hogy ezek az emberek másokkal szemben hátrányba kerüljenek. Ne csupán joga, hanem lehetősége is legyen arra, hogy károsodása, fogyatékossága ellenére az egészséges emberekkel azonos értékű munkát végezzen, a kulturális, a politikai, a sportéletben részt vehessen. Ehhez az állami intézkedéseken túl szemléleti változásra is szükség van. Sajnos gyakran eszembe jut a bibliának az a megfogalmazása, mely szerint óvakodni kell a testi és lelki megjelöltektől, vagyis a fizikai vagy szellemi rokkantaktól. Sajnos évezredes előítéleteket kell még e téren leküzdenünk.

— Véleménye szerint mindebben mit tehet a Magyar Vöröskereszt?

— Azt hiszem a Vöröskereszt az egyik olyan társadalmi szervezet, amelyik a legtöbbet tehet. A már működő tanácsadó szolgálata Budapest után most már több városban is szép eredményeket ér el nemcsak az értelmi fogyatékos gyermekek érdekében, hanem más csoportoknál is. Tudomásom szerint a Vöröskereszt több propagandakiadvánnyal is támogatja az ügyet, de nagyon sokat segíthet aktivistái révén a rászorulók felkutatásában, segítésében, gondozásában, esetenként a környezet előkészítésével, a közvetlen munkahelyi beilleszkedésben is. Mindez nem új tevékenysége a Vöröskeresztnek, de úgy gondolom, hogy 1981-ben ez a sokoldalú tevékenysége fokozódni fog, és erre nagy szüksége van a rászoruló egyénnek, a családjának, és az egész társadalomnak is.

Sárdi Mária

EXPRESSZVONATOKKAL AZ ORSZÁG LEGSZEBB TÁJAIRA!

Csoportos utazásnál menetdíjkedvezményt biztosítunk!
Felvilágosítást ad a MÁV Közönségszolgálat:
Bp. VI. Népköztársaság útja 35.

MAGYAR ÁLLAMVASUTAK

Tájékoztató a Gelkáról

Az országos hálózattal rendelkező Gépipari Elektromos Karbantartó Vállalat, népszerűbb nevén a GELKA végzi a lakosság hiradásipari készülékeinek, valamint a hűtő, fűtő és a háztartásokban fellelhető mindennemű elektromos háztartási gép garanciális és garancia időn túli javítását. Kevéssé ismert szolgáltatásunk a központi antennarendszerek tervezése, szerelése és karbantartása, valamint egyedi antennák szerelése és az ipari hűtőgépek javítása.

Foglalkozunk a felsoroltakon kívül még autórádiók beépítésével, javításával, zavarszűrésével és autóvillamossági berendezések javításával is.

A végzett munkák jelentős része a helyszínen, az ügyfél lakásán történik.

A gyors segítséget teszi lehetővé, a budapesti diszpécserhálózat, a népszerű 33-33-33.

Vidéken lévő szervizeinkhez a hibát bejelenteni telefonon, levelezőlapon vagy személyesen lehet. Amelyik községben nincs GELKA szerviz, azt rendszeres szervizjáratunk keresi fel. A hét végén és az ünnepnapokon tartott ügyeleti rendszer ugyancsak a lakosság kényelmét szolgálja.

Vállalatunk korszerű szolgáltatási formát vezetett be, az átalánydíjas javítási szerződést, mely köthető minden hazai gyártmányú üzemképes, hét évnél nem idősebb tv-re, hűtőgépre, tíz évnél nem régebbi mosógépre, centrifugára, porszívóra és villanytűzhelyre. A havi átalánydíj ellenében a GELKA minden javítást elvégez. A kiszállás, szállítás, mindenkor díjmentes, a készüléket lehetőség szerint mindig ugyanaz a műszerész javítja.

A GELKA folyamatosan fejlesztette szervizhálózatát is. 1975-től napjainkig az elavult szervizek helyett kétszáz új, vagy a korábbinál lényegesen nagyobb alapterületű, korszerű szolgáltatóegységet létesítettünk.

Vállalatunk a javításokat magas színvonalon, kifogástalan minőségben biztosítja ügyfelei részére.

A több ezer jól képzett szakemberre mindennap számíthat a lakosság, kérjük forduljon hozzánk bizalommal.

FLÓRIÁN
Centrum Áruház
SZÜLŐK és GYERMEKEK
áruháza

NINCS SZÜKSÉGE RÁ?

Az Önnek
már
értéktelen
ruhaneműt a

MÉH

vállalatok
budapesti
és vidéki
átvevőhelyein,
kijelölt
telepein
megvásárolják.

A pamuttextil hulladékért kiemelten magas árat fizetnek.

Átvételi árak:

tiszta fehér pamuttextil hulladék	**20,— Ft/kg**
tiszta színes pamuttextil hulladék	**10,— Ft/kg**
mosatlan fehér pamuttextil hulladék	**10,— Ft/kg**
mosatlan színes pamuttextil hulladék	**5,— Ft/kg**
vegyes háztartási textilhulladék	**1,60 Ft/kg**

A CSALÁDRÓL

Alakulóban, változóban

A családdal kapcsolatosan az a közhit, hogy ahhoz mindenki ért, mert mindenkinek vannak ezzel kapcsolatos tapasztalatai.

Mindenki „szakértő", mert mindenki éli a családi életet. Valóban: jószerivel mindegyikünknek van családja. A gyermekkori család, amelyben felnőttünk; a másik, amelyet mi magunk teremtettünk már; a szélesebb értelemben vett családunk, rokonságunk széles köre. Házastársunk kivételével családtagjainkat nem választjuk, hanem „kapjuk", s ez igaz még a gyermekeinkre is.

De az igazság nem teljes. Mert személyükben rendszerint valóban adva vannak, s adva van a kapcsolat jellege is, legalábbis a szó biológiai értelmében, s az elfogadott kultúrtörténetileg változó rokonsági rendszer alapján. De hogy miféle ez a kapcsolat — milyen erős, mennyire nyújt biztonságot, támogatást, szeretetet, s ezt abban a formában kapjuk-e és adjuk, ahogyan a többiek igénylik — az már nagyon is rajtunk múlik. Ki ne tudná, hogy egyeseknek a család mennyi emberi melegséget, biztonságot ad, másoknak meg olyat, amelyből legszívesebben kimenekülne, mert taszít, mert hideg, rideg a levegője, ha ugyan nem rosszabb még ennél is.

Az „éljük, tehát értünk hozzá" mindenképpen tévhit. Hogy mennyire az, talán elegendő utalni a magas válási arányokra. Hazánkban ma minden negyedik házasságkötésre egy bontás jut. De hogy ez nem a család és házasság elutasítását jelzi, azt az újra házasodások mutatják.

Nincsenek adataink azokról a családokról, ahol az élet elviselhetetlen, mert az emberek egymást marják, de nem fordulnak bontóbíróhoz, hanem élik otthon a maguk kis poklát. A gyermek és szülő közötti viszony embertelen torzulásainak csak egy pici darabkája látható a gyermekvédelmi hatóságok adataiból. Még a bontások nagy részénél is rejtve maradnak a házastársak közötti szexuális kapcsolat zavarai, sőt ezek többsége még a nőgyógyászok előtt is ismeretlen, mert az álszemérem visszatartja az embereket attól, hogy azokhoz forduljanak tanácsért, akik segíteni tudnának. Nincsenek adataink azoknak az emberi tragédiáknak a zömérő, amelyek az öregek, a gyermekek és a középkorúak életében, egészségében, személyiségalakításában maradandó sérüléseket okoznak, s valamiképpen a családi életben gyökereznek.

Nem állíthatjuk tehát, hogy értünk a családhoz, és éppen ezért fontos, hogy többet tudjunk róla.

Honnan tanulhatjuk meg?

Az, amit ma az iskolában családi életre nevelés címen tanítanak, segítséget adhat a jobb családi élet kialakításához, de az erre vonatkozó ismereteket mégis elsősorban mindenki a szűkebb környezetében tanulhatja meg.

Otthon alakulnak ki azok a készségek, szokások, amelyeket tovább viszünk, mint majdani saját családunk előzetes mintáit. Mert minták ezek akkor is, ha ugyanúgy cselekszünk, ahogyan otthon láttuk, s akkor is, ha otthon éppen az ellenkezőjét óhajtjuk tenni.

Hogy e spontán tapasztalatok mellett szükség van valamiféle „direkt okításra" is, azt már elődeink is tudták. A sokszor ismételgetett szólásmondások közül kiválasztották szüleink, nagyszüleink azt, ami felfogásuk szerint a legfontosabb volt.

A ma negyven éven felüli, falun felnőtt generáció még jól emlékszik az ilyenekre; „Az asszonynak legyen olyan nagy köténye, hogy minden elférjen alatta." (A bánat, a szégyen, a megaláztatás is, mert nem teregeti ki az ember mások előtt a szennyesét.) De volt olyan mondás is, hogy „apai pofonok nélkül senki se lesz rendes ember". És amikor azt mondották egy lányra

dicséretképpen, ha lisztezés nélkül szépen el tudta nyújtani a tésztát, hogy „most már férjhez mehetsz" — akkor azt emelték ki, hogy annak, aki férjhez megy, a háztartáshoz, a főzéshez értenie kell.

De mi történik, ha ezek az erények érvényüket vesztik vagy lejjebb kerülnek a ranglistán? Netán éppen az ellenkezőjére fordulnak? Mert ilyesmi is lehetséges, mert változnak a társadalmi körülmények, és mert igen sokan vagyunk olyan helyzetben, hogy más rétegben, más környezetben élünk, mint gyermekkorunkban.

Két-három évtized alatt a társadalomban óriási mértékű iparosodás és városiasodás ment végbe. Ezzel egyidejűleg megváltozott a társadalom politikai rendszere. Emberek tömegei kerültek szinte egyik napról a másikra más körülmények közé, mint amire gyermekkorukban felkészülhettek. Mezőgazdaságból iparba, faluról városba, háztartásbeliből kereső helyzetbe kerültek: parasztból ipari munkás, munkásból és parasztból értelmiségi, háziasszonyból „dolgozó nő" lett.

Az ember ilyen nagy változásokat nem él meg zökkenők és buktatók nélkül.

A problémák abból adódnak, hogy a korábban elsajátított magatartásminták nem illeszkednek, nem férnek össze jól az új helyzetekkel. Egy ideig nem is igen vesszük észre ezt az összeférhetetlenséget, hiszen a szokásszerűen beidegződött magatartások, egymással kapcsolatos elvárások, igények olyan magától értetődően érvényesülnek cselekvéseinkben, mintha másként nem is volna lehetséges. Így adódnak azután olyan helyzetek, hogy — akár értelmiségi családokban is — összegyűlik a család este, s az asszony lerakja a bevásárlással jól megtömött szatyorjait, s amíg a család többi tagja pihen vagy olvas, rohanva odakészíti a vacsorát, miközben a többiek időnként kikukkantanak, hogy készen van-e már. Néha évek telnek el, amíg az asszonynak eszébe jut, hogy hiszen ő is ugyanúgy ledolgozta a munkahelyén a napi idejét, tehát jogosan olvashatna ő is, s a férjének se esne le a gyűrű az ujjáról, ha... Akkor azonban már rendszerint nem okos átszoktatás, hanem kirobbanó szemrehányások követik a felismerést. A hagyományos munkamegosztás otthon — másfelől az a tény, hogy mindkét házastárs kereső — olyan ellentmondás, amelynek az értelmes feloldásához el kell jutni az újfajta családi munkamegosztás igényéhez és le kell győzni a szokások közismerten nagy tehetetlenségi erejét.

Ugyanez a helyzet például abban is, hogy „ura-e", „parancsolója-e" a szülő saját fiának, lányának? Korábban ez a viszony valóban elviselte a parancsokat, sokszor még olyan fontos kérdésekben is, mint a pályaválasztás vagy a házastárs megválasztása. Most viszont ennek helyébe a gyermek magatartásának értelmes szülői irányítása kerülhetne, melyhez nincsenek szokásszerűen rögzült mintáink.

A társadalmi változások a családban a korábbi szokások és magatartások bölcs átértékelését kívánják meg.

Ez az átértékelés azonban lassú. Szükségességét viszonylag lassan ismerjük fel, és még lassabban vagyunk képesek gyakorlatilag a cselekvéseinkben végrehajtani. Sok esetben a régi normák és igazságok átértékelése helyett mindent kidobtunk az ablakon. Azt is, amit úgy nevezhetnénk, hogy háziasság, főzni tudás. Értelmes átértékelése abban állna, hogy — mivel ma és még jó ideig szükség van rá — tanítsuk meg erre nemcsak a leányokat, hanem a fiúkat is. Ehelyett azonban ma igen sok családban nőnek fel úgy nemcsak a fiúk, de a lányok is, hogy csak teát és rántottát tudnak készíteni, és a többi házimunkában is teljesen járatlanok.

Ami a család életének jogi szabályozását illeti, mindig tudnunk kell, hogy az emberi életnek eme intim területét még a vitás esetekben sem lehet igazából rendbe hozni a jogi eszközök alkalmazásával. Senkit sem lehet bírói ítélettel szeretetre kényszeríteni, nem lehet minden ütésre emelt kezet lefogni, s a bántó szavakat belefojtani a másikba. Jogi eszközökkel legfeljebb csak a legsúlyosabb károsodások egy részétől lehet megóvni az egyes családtagokat.

Sajnos sokan abban a hitben élnek, hogy kevesebb lenne a válás, ha megszigorítanánk a bontást; kevesebb férfi ütlegelné részegen a feleségét vagy gyerekeit, és többet törődnének az emberek az idős szüleikkel, ha szigorúbb jogszabályokat alkalmaznánk. És valóban: kevesebb lenne a bontás, de több lenne az együttélésre kényszerített emberek marakodása vagy éppen a különélők száma. S az idős emberek sem lennének boldogabbak attól, hogy ha bírói parancsszóra „törődnének "velük többet a gyerekeik.

Mi változik és hogyan?

Számunkra a legelőbb kérdés, hogy mi változik ma, s milyen irányban.

A változás egyik legszembetűnőbb vonása, hogy a mai család kisebb, mint akár a két-három évtizeddel ezelőtti volt. Ennek csak egyik oka, hogy kevés a három vagy ennél több gyermekes család. Legalább ilyen nagy szerepe van a többgenerációs családok számacsökkenésének. Még húsz-harminc évvel ezelőtt is természetes volt, hogy a házas gyerekek közül legalább egy a szülői házban maradt.

Ma a szülők, de a fiatalok is, még inkább arra törekednek, hogy közös életüket külön, önállóan rendezzék be. Ha ez nem lehetséges, akkor átmeneti megoldásnak tartják a szülőkkel való együttélést. S a szülők is igyekeznek saját önálló lakásukat, háztartásukat megőrizni, és még megözvegyülés esetén sem mindig szívesen költöznek összeegyerekükkel. A többgenerációs családok nem azért szűntek meg, mert az emberek kevésbé szeretik egymást, hanem azért, mert a viszonylagos önállóság egyre általánosabb emberi igény.

A szülőkkel együttélő fiatalok nagy részének életét főleg az keseríti meg: szüleik nem veszik észre, hogy már felnőttek, s ezért minduntalan beleszólnak a dolgaikba. Noha ezt a legjobb szándék diktálja, és a szülőnek sokszor igaza van, hiszen tapasztaltabb — de a pénz beosztásával, a háztartás vezetésével, a szórakozás módjaival kapcsolatos állandó intelmek még a jó szándék esetén is ellenállást váltanak ki, s egy idő múltán már a jó szándékban sem hisznek a fiatalok.

Ami a középkorú szülőket illeti, részükről nemcsak a kéretlen tanácsok visszautasítása okoz keserűséget, hanem az, amit viszont a fiatalok nem vesznek észre, hogy szüleik őket fogadták be arra az időre, amíg saját lakáshoz nem jutnak, s részint ezért, részint pedig életkoruknál fogva elsősorban nekik kell alkalmazkodniuk. A mai középkorú nemzedék — sőt az idősek is — úgy gondolják, hogy munkában eltöltött évtizedeik alapján joguk van az életkoruknak, egyéni szokásaiknak megfelelő életvitelre, s ez szintén nem önzés, hanem természetes emberi igény.

A családnagyság csökkenésének másik oka az, hogy kevesebb a gyermek.

A ténylegesen gyermektelen családok száma igen csekély. Ezzel szemben igen sok az egy- és kétgyermekes család, s kevés az olyan, ahol három, illetve több gyermek nő fel.

A harmonikus családi életvitel szempontjából sem mindegy, hogy egy vagy több gyermek népesíti-e be az otthont. Közismert, hogy mennyivel nehezebb az értelmes szülői magatartás kialakítása az „egykés" családokban, mennyivel nagyobb a lehetősége az elkényeztetésnek, a túlféltésnek. Ilyenkor szinte minden szükségest meg akarunk adni a gyereknek, kivéve a legfontosabbak egyikét: a testvéreket, a kortársi csoport kollektívájút az otthon falain belül.

Ám ha ezeket a gondokat sikerül csökkenteni vagy megszüntetni, a család akkor is kiscsoport marad, csak éppen egészségesebb kiscsoport lesz. Hisz önmagában véve az említett változási irányok egyike sem egészségtelen jelenség, és világviszonylatban is érvényesülő tendenciát jelez. Természetes társadalmi ténynek tekinthetjük a felnőtt generációk önálló lakás és háztartás iránti igényét, s azt is, hogy a mai családokban az asszonyok nem szülnek 6—8—10 gyereket, mint régen.

A család funkciói

A változások másik nagy csoportja a család funkcióit érinti. A család funkciói a család szokásos élettevékenységeit, teendőit foglalják össze:

Gazdasági teendők. Ez ma elsősorban a családi gazdálkodást jelenti, tehát egyrészt a háztartást, s az ezzel összefüggő munkákat; másrészt egy sajátos pénzgazdálkodást; azaz: a kereső családtagok jövedelme itt összegeződik, s osztódik fel újra. A háztartásvezetés és pénzgazdálkodás mellett ma még szerepel néha a termelés is, amennyiben a család háztáji vagy kiskertművelést folytat. Emellett elenyésző számban fordul elő más — tehát nem mezőgazdasági — területen is az, hogy a család termelési közösség is.

Régebben éppen az utolsóként említett termelési feladatok jelentették a család gazdasági funkciójának gerincét, elsősorban a kisparaszti gazdaságokban.

A termelés „kivándorlása" a családból legalábbis két következménnyel jár. A család tagjai most általában nincsenek napközben együtt: s az otthon töltött időt alapjában véve a munkaidő hossza és ritmusa szabja meg. A másik következmény, hogy a család

ilyenkor már nem önellátó. Azt amit korábban maguk állítottak elő, most már a kereskedelem csatornáin keresztül áruként vásárolják meg. Így a család mindennapi élete erősen függ a kereskedelmi hálózat minőségétől.

A család tagjai bekerülnek egy szélesebb társadalmi hálózatrendszerbe, s nem csupán a keresetüket, hanem munkahelyi élményeiket, információikat, tapasztalataikat is hazaviszik. A korábbi termelőközösség-családban a kis közösség minden tagja ismerte a másik munkával kapcsolatos gondjátbaját, örömét. Most azonban kérdés, hogy megoszthatjuk-e ezeket egymással a családban vagy nem; tudunk-e házastársunk munkahelyi közérzetéről, törekvéseiről; segítünk-e egymásnak szükség esetén — ha mással nem, hát azzal, hogy meghallgatjuk, érdeklődünk iránta. Mert az emberek valamilyen formában akkor is igénylik ezt, ha a munkájukat nem tekintik élethivatásnak. És gyakran forrásává válhat a házastársak közötti elhidegülésnek, ha az egyik fél közömbös a másik családon kívüli munkája, tevékenysége iránt.

A gazdasági funkció másik része a háztartás, s az ettől szinte el sem választható pénzgazdálkodás. A háztartásban is megfigyelhető az a „kivándorlási" folyamat, amit a termelő munkával kapcsolatosan említettünk. A szolgáltatások, a konzervipar, a mélyhűtött és általában a félkész áruk növekvő forgalma úgy is megfogalmazható, hogy sok háztartási munkát végeznek családon kívül, s ezeket szintén áruként vásárolják meg. Ha valaki például paradicsomkonzervet vesz, akkor a befőzés munkája került át a konzerviparhoz, ha tisztított baromfit vásárol, akkor a csirkeölés és -tisztítás történt lakáson kívül. A háztartási munkák családon kívülre kerülése elsősorban a mosással és a főzéssel kapcsolatosan jelentős, de ma — és még sokáig — ezek jó része is a családi háztartás keretében történik. Ám az itt maradó rész „iparosodik", azaz gépesítjük és kemizáljuk. (Gondoljunk a nagy hatású tisztítószerekre, a háztartási gépek igen gyors térhódítására.) A „kivándorlási" folyamat itt tehát lassúbb, mint a termelési tevékenység esetében, és nem is érzékelhető annyira.

Az is tény viszont, hogy a mai háztartások ily módon egyre korszerűbbek lesznek, s vagy időt, vagy energiát takarítanak meg — néha pedig mindkettőt. A háztartások korszerű eszközökkel történő felszerelésével kapcsolatban már gyakorlatilag megszűnt az újtól való félelem.

A probléma tehát ma nem a korszerű eszközök elfogadásával kapcsolatban merül fel. Inkább az anyagiak szűkössége, a szolgáltatás hiánya akadályozza azt, hogy még gyorsabban bevonuljanak a családok életébe. Problémát okoz viszont, hogy az így felszabadult idővel miként gazdálkodunk, és hogy e megváltozott családszerkezetben, s e megváltozott tárgyi környezetben átalakíthatjuk-e a család hagyományos belső munkamegosztását?

A kérdés annál is inkább élő, mert ma Magyarországon a keresőképes korú nők több mint háromnegyede munkaviszonyban van. A valóság kényszere azt diktálja, hogy vizsgáljuk felül a női és férfimunkák szigorú elkülönítését családon belül, s a háztartási munkák legyenek közösek, minthogy ezek valójában a család érdekében végzett teendők. És itt már az ellenállás, a korábbi hagyományok tehetetlenségi nyomatéka sokkal nagyobb.

Ezzel együtt is igaz azonban, hogy — ellentétben a közhiedelemmel — a demokratikus családi munkamegosztás gyenge pontjait elsősorban nem a férjek, hanem a gyerekek jelentik. A szociológiai vizsgálatok időmérlegeiből az tűnik ki, hogy a legkevésbé a gyerekek veszik ki részüket a közös munkákból. A gyerekeknek jó kétharmada úgy nő fel, hogy szülei megkímélik a házimunkától (rendszerint még saját személyes holmijaik tisztántartásától is). Jó szándékkal teszik, de ez a jó szándék visszájára fordul: zsarnokokat nevelnek, önzést szül és ügyetlenül csetlenek-botlanak majd, ha a saját háztartásukban mégiscsak el kell végezni az efféle munkákat.

Nem kevésbé problematikus az, hogy a gyermekek a család pénzgazdálkodásában is „rossz helyen" vannak. A családok — különösen a nehezebb körülmények között élő, és még inkább az alacsony szakképzettségű szülők családjai — a gyereket jóval magasabb életszínvonalon nevelik, mint amilyet a család többi tagjának biztosítani tudnak.

A család következő funkciója a biológiai reprodukció. Ez azt jelenti, hogy a mi körülményeink között — amikor a gyermekeknek a 94—95 százaléka házasságban születik — a család a társadalom biológiai újratermelésének színtere.

A szülők–magánügye ugyan, de legalább annyira közügy is, hogy hány gyermeknek adnak életet.

A másik, társadalmilag ugyanilyen mértékben nem közömbös funkciója a családnak a szocializáció. A szocializáció folyamat: ennek során tanulja meg a gyermek azokat az ismereteket, azokat a készségeket, amelyekre felnőtt életében szüksége lesz. Megtanulja majdani szerepeinek alapjait, s azokat a társadalmi normákat, értékeket, amelyek nélkül az adott kor emberének cselekvése nem lehetséges. Hogy ez mikor kezdődik? Amikor az emberi élet.

Éppen az — a szocializáció terén — új vonása korunknak, hogy ebben a család mellett mind több intézmény (bölcsőde, óvoda, iskola, munkahely, társadalmi szervezetek) vesz részt. Korábban a szocializációs feladat lényegében és majdnem kizárólag a családra hárult. Most ennek egy része más keretek között történik, és azt mondhatjuk, hogy két legfontosabb színtere: az iskola és a család.

De vajon azt jelenti-e ez, hogy a családnak kevesebb a feladata a felnövekvő ifjú nemzedék nevelésében? Sokan még így vélekednek azzal a szokásos indokolással, hogy a szülők dolgoznak és nem jut idejük a gyermeknevelésre. További hamis indok, hogy a gyermek idejének jelentős részét amúgy is az oktatási intézményekben tölti.

Meg kell érteni

Az intézmények nem a család helyett, hanem a család mellett végzik a maguk teendőit. Ki kell alakítani az együttműködést a szocializációban részt vevő intézmények és a család között; összhangba kell kerülniük egymással az elvek tekintetében, és meg kell tanulniuk a feladat legcélszerűbb megosztását. A család semmi mással nem pótolható szerepe az érzelmi kötődés személyes jellegében, az emberi kapcsolatok intim közelségben van, s abban a pszichés biztonságteremtésben, amiben a legnagyszerűbb tanár sem pótolhatja még a nagyon középszerű szülőt sem. Az emberi kapcsolatoknak e kis világa számos dolog megtanulására alkalmasabb közeg, mint az iskola. Ugyanakkor az is világos, hogy a szakmai ismeretek megszerzésében viszont a szülő sem versenyezhet az iskolával.

Biológiai reprodukció és szocializáció; ezek a család társadalmilag legkevésbé magánügynek tekintett — s ezért társadalmilag legnagyobb támogatással körülvett — funkciói. Mert e kettőn múlik, hogy milyen lesz a következő nemzedék mennyisége és minősége.

A családnak ma is feladata, funkciója az, hogy tagjai számára pihenést is nyújtó otthont adjon. Kérdés, hogy ezt az igényt minden családtag jogos, emberi igényeként könyveljük-e el, s e szerint szervezzük-e meg otthoni életünket vagy pedig egy-egy kitüntetett családtag jogának tartjuk-e?

A mai családokban elvileg ilyen megkülönböztetett szerepet egyetlen családtag sem játszhat. Átmenetileg mindig adódik olyan helyzet, amelyben az alkalmazkodás nem kolcsönös, amelyben egyik családtag nyugalmának biztosításáért a többiek a szokottnál nagyobb áldozatot hoznak. Aki beteg, akinek különösen „összejött minden a munkahelyén", aki vizsgára készül vagy hasonló helyzetben van, ahhoz inkább kell alkalmazkodni. De egy valóban emberi közösségben ez az előjog nem tapadhat tartósan egy személyhez — sem a férjhez, sem a gyerekhez.

Ha végiggondoljuk az említett funkciók változását, feltehetően kitűnik, hogy mindegyiknél nyitottabbá vált valamiképpen a család, elkerülhetetlenül kapcsolatba lép a társadalom egészségügyi, oktatási intézményeivel, a szolgáltatásokkal, a szórakozást és kikapcsolódást nyújtó szervezetekkel és egyben függ is azoktól. „Az én házam, az én váram" elzárkózó magatartás egyre tarthatatlanabb.

Lehet-e ilyen körülmények között a család intim közössége az embereknek? És egyáltalán: az intézmények sokasodó hálózatában van-e erre szükség? Hogy van-e erre szükség, azt a házasságkötések nagy száma is bizonyítja. De az már valóban kérdés, hogy meg lehet-e teremteni és meg lehet-e őrizni a családi összetartozás melegét és intimitását?

A családi élet mintái

Nem arra kell törekednünk, hogy miképpen nyerhetnénk vissza a mai világban az elmúlt korok egyáltalán nem idillikus családi melegét, hanem arra, hogy miként alakíthatnánk ki a mai körülmények között azt a harmonikus családi életet, amit igényelünk? — Ebben elődeinktől sokat tanulhatunk, akár arról van szó, hogyan kell ezt csinálni,

akár arról, hogy hogyan nem szabad. Ám vannak a családi életnek olyan vonásai, amelyekre nézve kevés mintát kaptunk, vagy nagyon ellentmondásosat.

Ilyen például az emberi kapcsolatok egyenrangúsága. Az egyenrangúság egyrészt kölcsönösséget jelent: kölcsönösséget a szerelemben, a szexualitásban, a szülői szerepek nagy részének ellátásában, az egymás iránti hűség értelmezésében. Azt jelenti továbbá, hogy a családban valamely tagnak a tekintélye, a rangja nem azon múlik, hogy mennyit keres, hogy milyen az iskolai végzettsége vagy éppen a beosztása. És jelenti mindenekelőtt azt, hogy a közös családi terheket nem lehet egy ember vállára rakni, a kellemesebb oldalt meg egy másikéra.

A lehetőségekhez mérten teret kell adni az egyes családtagok személyes különbségeinek. Ma erre az objektív körülmények a legtöbb családnak viszonylag szűk lehetőséget adnak, de semmiképpen nem olyan szűköset, mint amilyent egy hagyományos felfogásban érvényesítenének. Ne higyjük, hogy ha egy könyv nekünk tetszik, akkor az kötelezően tetszeni fog házastársunknak is; ne gondoljuk, hogy gyermekünk szívesen hordja azt a ruhát, amit nélküle választottunk (még ha a mi keresetünkből vásároljuk is); nyugodjunk bele, ha férjünk nem szereti a mákostésztát, és ilyenkor tapintatosan „nem éhes" — mert mindenki más szereti, ne háborodjunk fel, ha egyik családtagunknak nem ugyanaz a véleménye és ízlése mindenben, mint a miénk. Egyszóval: ismerjük el, hogy összetartozásunktól még nem válunk minden tekintetben egyformává, és nem válunk egymás személyes tulajdonává sem.

Fontos az ésszerű időgazdálkodás. A legtöbb családban többé-kevésbé megtanulták, hogy a pénzt be kell osztani. De hogy az idővel is lehet és kell gazdálkodni, azt már jóval kevesebben tudják. Az időtakarékos módszerekkel a háztartásban igen sok időt nyerhetünk egymás számára: óriási időtartalékok vannak az úgynevezett „párhuzamos" tevékenységekben. Vannak olyan családi teendők, amelyek közepette beszélgetni is lehet — természetesen többnyire akkor, ha együtt csinálják. A mai magyar háztartásokra jellemzőek az időpazarló munkamódszerek, ami azért nagy baj, mert ezt az időt egymás számára szabadíthatnánk fel. Jellemző emellett, hogy a konyhakő felmosását halaszthatatlanabbnak érezzük, mint egyik vagy másik családtagunk kirobbanó örömének, vagy rászakadt bánatának a végighallgatását. Pedig semmi sem olyan fontos a családban, mint a „másik ember".

Szegényes az érzelmi kultúránk. Valahogyan közfelfogás, hogy a szeretet, ha már egyszer megszületik, meg is marad, ápolásához nem kell törődés és idő, sőt azt hisszük, hogy megőrizhető változatlan formában. Nem gondoljuk végig, hogy a család változó életszakaszaiban más módon nyilvánul meg a kölcsönös vonzalom is. Márpedig másként jelenik ez meg (vagy részben másként) a házasság első éveiben, másként, ha a gyermekre rácsodálkozó öröm és összetartás társul a lángoló szerelemhez, vagy éppen lép annak helyébe. Változhatnak a kölcsönös figyelmesség apró mozzanatai — hiszen változunk mi magunk is, nem utolsó sorban annak a kapcsolatnak a révén, ami családtagjainkhoz fűz minket. Az úgynevezett „örök" nagy szerelmekben csak a másikhoz tartozás vágya és igénye lehet örök, de ezt csak megújítva-változtatva lehet megőrizni. Még a legszebb, legigazabb emberi kapcsolatban: a szülő-gyermek viszonyában is.

Az érzelmi kultúra a mai családokban azért különösképpen fontos, mert a családot összetartó anyagi-gazdasági kötelékek helyett ez az, aminek súlya a mai családban nő, aminek a család stabilitásában kulcsszerepe van. Ha nem is ellentmondások nélkul, ha lassan is, de olyan irányban változik a család, hogy ezenkívül tartósan semmi se köthet: sem az anyakönyvvezető által kiállított házasságlevél, sem az anyagi érdekek, sőt még a közös gyermek sem. Ezért az összetartozás érzelmi oldalát féltve, vigyázva óvni kell, s ehhez nem elegendő a jó szándék és a természetadta ösztönök. Az érzelmekre értelemmel és értelmesen kell vigyázni, hogy el ne törjenek, szét ne szakadjanak.

Kósa Erzsébet

A párválasztás problémái

Egyéni sorsunk, életünk sikere vagy kudarca mindenekelőtt két nagy feladat megoldásán múlik: a pályaválasztáson és a párválasztáson. A párválasztásra, a házasságra ugyanúgy fel kell készülni, mint a pályaválasztásra. A családi élet harmóniája jórészt a párválasztásra való felkészülésen múlik.

Ez a felkészülés nem közvetlenül a párválasztás előtti időszakban kezdődik, hanem jóval korábban, hiszen az egész pszichoszexuális fejlődés a párválasztás előzményének, előkészületének tekinthető. A pszichoszexuális fejlődésnek a másik nemmel való ismerkedés, barátkozás és különösen a szerelem élménye ad nagy lendületet. Fokozatosan biztosabbá válik általa a felnőttes nemi szerepmagatartás, kialakul az egyéni partnerideál, fejlődik az önismeret és a másik nem ismerete. Így a fiatalok lassanként egyre alkalmasabbá válnak a párválasztásra.

Az éretlentől az érett szerelemig

Az egész folyamat egyik leglényegesebb mozzanata az úgynevezett szerelmi képesség kialakulása és érettebbé válása. A szerelem ugyanis nem a felnőttkor kiváltsága, hiszen kezdetleges, éretlen formái gyakran már a gyermekkorban felbukkannak.

A serdülők életkori sajátosságaiból adódik, hogy a szerelmük „szalmaláng" jellegű. A serdülő személyisége még nem stabilizálódott, a gyors hangulati és érzelmi változások jellemzik; még keresi önmagát, „igazi" énjét, értékrendje még kialakulatlan, tele van ellentmondásokkal. A tartós, harmonikus szerelmi kapcsolathoz szükséges képességek még nem fejlődtek ki nála. Ugyanakkor a szerelem iránti igénye már erős, hiszen tudja, hogy a felnőttséghez hozzátartozik a szerelem, a partnerkapcsolat.

Az éretlen szerelem egyik fő ismérve, hogy a partnerben még nem az embert, az egyéniséget keresi, hanem csak az „ideált" — vagy a szexuális kielégülés eszközét. Ezért a partnerek viszonylag könnyen felcserélhetők, behelyettesíthetők. Még nem maga a partner fontos, hanem az érzelem, amit kivált, a szükségletkielégítés, amely általa biztosítható. Azt is mondhatnánk, hogy az éretlen szerelem önző: csak kapni akar, eszébe sem jut azzal törődni, hogy a másik mit vár, mit szeretne.

Az éretlen szerelem egy további fontos jellemzője gyakran az aszimmetrikusság, vagyis az, hogy a partnerek nem tudnak egyenrangú felekként viszonyulni egymáshoz, hanem vagy alávetettségre, függő viszonyra, vagy a másik irányítására „legyőzésére" törekszenek. Sajnos, ez nemcsak a serdülőkori, de sok felnőttkori szerelmi kapcsolatra is jellemző; ebből a szempontból nézve tehát azok is éretlenek. A múltban tipikus volt például, hogy amíg a fiú udvarolgatott, amíg nem kapta meg a lányt, addig hagyta magát irányítani; azt követően azonban egyszerre „nyeregben érezte magát", a lány került alárendelt, függő helyzetbe.

De milyen az érett szerelem?

Ennek lényegét úgy foglalhatjuk összse, hogy a kialakult, stabilizálódott, felnőttes személyiségű emberek barátságon és kölcsönös szexuális vonzalmon alapuló intim kapcsolata, amelyben — legalábbis hosszabb távon — megvalósul az adott és kapott értékek egyensúlya. A barátságjelleg a partnerek teljes egyenrangúságát feltételezi. Az érett szerelem nem eszményíti mértéktelenül a partnert, összefér annak viszonylag reális megítélésével, tehát hibáival együtt is elfogadja őt. Az érett személyiségű ember szerelmében nem féltékeny, nem akarja kisajátítani, átnevelni, önmagához hasonlóvá tenni a másikat, de nem igyekszik taktikázni sem. Saját testét, szexuális vágyait nem szégyelli partnere előtt, nincsenek különösebb gátlásai, képes őszintén spontánul megnyilatkozni stb.

Személyiség és szerelem között nemcsak szoros kapcsolat, hanem sajátos kölcsönhatás is van: a személyiség szintje meghatározza a szerelem jellegét, de ez utóbbi visszahat a személyiségre, éspedig általában fejlesztően.

Ugyanis a szerelem, amely éretlenül kezdődött, éppen a kapcsolati problémák megoldásának hatására fokozatosan éretté válhat, s ez érlelően hat magára a személyiségre is.

A párválasztási érettség kialakulása

Az érett szerelmi képesség a leglényegesebb vonása, fő tartalma a párválasztási érettségnek, vagyis a házasságra való lelki alkalmasságnak. Azért kell hangsúlyoznunk a „lelki" jelzőt, mert a hazasság sikerének vannak egyéb (biológiai, jogi, gazdasági stb.) feltételei is, amelyek többé-kevésbé köztudottak.

De mit nevezünk tulajdonképpen párválasztási érettségnek?

Anélkül, hogy pontos meghatározásra törekednénk, azt mondhatjuk: a személyiségnek egy olyan fejlettségi állapota, amelynek két fő jellemzője van. Az egyik a heteroszexuális párkereső törekvés, illetőleg a tartós szerelmi kapcsolat iránti igény. A másik az a képesség, hogy egy hozzánk illő partnert találjunk (felkutassuk, kiválasszuk), s vele tartósan harmonikus intim kapcsolatban, sokoldalú közösségben éljünk. Az igazi, érett, intim kapcsolatban ugyanis nemcsak a szexuális, erotikus, hanem sokféle más szükséglet kielégítése is megvalósítható.

Ahogyan S. Schnebl német szexológus írja, a házasságra való felkészülés „művészete" annak a képességnek a kifejlesztéséből áll, hogy a szexuális viszonyt a partnerek mindenféle egyéb társas kapcsolatából (pl. közös szórakozás, munka, tanulás stb.) adódó sajátosságokkal kössük össze.

Éppen az jelent többletet a szerelemre való érettséghez képest, hogy itt már a házasságra való érettségről, alkalmasságról is szó van. A párválasztásnak mint házastársválasztásnak egész életre szóló — legalábbis a tervek, szándékok szerint végleges — jellege magasabb fokú érettséget, mindenekelőtt nagyobb felelősségtudatot tesz szükségessé. A szerelmi kapcsolat általában csak két embert érint; a házasság viszont legtöbbször egyben családalapítás, amelynek sikere, harmóniája a születendő gyermekek sorsát is erősen befolyásolja. A párválasztási érettség tehát a felelősségteljes felnőtt életre, a családalapításra való felkészültséget, lelki alkalmasságot jelenti.

A személyiségnek ez a viszonylag magas fejlettségi állapota fokozatosan alakul ki, de hogy mikor és hogyan, az egyénenként igen különböző lehet. Előfordulhat, hogy valaki (különösen a lányok esetében) már 15—16 éves korában érett a házasságra, míg más esetleg 30 évesen sem jut el erre a szintre. Egyes vizsgálati adatok szerint a lányok többsége 20 éves kor körül válik éretté a házasságra, míg a fiúk csak néhány évvel később. A házasságkötés szempontjából legmegfelelőbb életkor eszerint általában a 20—25 éves kor, s ez összhangban áll azzal az orvosi ajánlással, hogy a nő lehetőleg 25 éves korig szülje meg az első gyermekét.

Sokan azt hiszik, minél több szexuális partnere volt valakinek, annál érettebb a házasságra. Ez tévedés. A partnerek gyakori váltogatása inkább lelki éretlenség jele, rendszerint az rejlik mögötte, hogy az illető nem képes harmonikus intim kapcsolatot teremteni és fenntartani.

A párválasztási érettség fő összetevői többnyire nem egyszerre alakulnak ki. A párkereső vagy házasodási törekvés — különösen a lányokban — hamarabb ki szokott alakulni, mint a harmonikus házasélet képessége (ami egyébként természetes). De maga a házasodási törekvés is lehet éretlen, ha pl. sokféle, reális indíték helyett egyetlen vagy irreális indítéka van. Például, ha valaki csak a szülői gyámság alól való kiszabadulás kedvéért vagy anyagi előnyökért, és egyáltalán magától a partnerkapcsolattól független célokért akar házasságot kötni. Éretlen indíték a szexuális megkívánás, sőt önmagában a szexuális kapcsolat sem elegendő indok a házasságra.

Még gyakoribb az, hogy a házasodási törekvés érett és reális, de hiányoznak a megvalósításhoz szükséges képességek. Például akkor, amikor valaki nem tudja, hol keresse és hogyan nyerje el a hozzáillő partnert, hogyan fejlessze a kapcsolatot a kívánt irányba. Máskor a kepességekkel nincs baj, csak éppen az egyén nem érez késztetést a házasodásra, vagy éppen kerülni igyekszik azt, például túlságosan erős a változatosság vagy a szabadság iránti igénye, s nem akarja lekötni magát.

Annyi bizonyos, hogy alkalmazkodó és beleélő készségre, közlési és önkifejező képességre, reális önértékelésre is szükség van. Tehát nemcsak a pszichoszexuális fejlődésnek, hanem az egész személyiségfejlődésnek el kell érnie egy fejlett felnőttes szintet.

Ez azt jelenti, hogy minden személyiségzavar (értelemzavar, akaratgyengeség, idegesség stb) akadályozza a párválasztási érettség kialakulását, az egészséges házaséletet.

Kik választják egymást és miért?

Azt már régebben észrevették, hogy a hasonló emberek vonzódnak egymáshoz, ami természetesen nemcsak a külső megjelenés hasonlóságára vonatkozik, hanem még inkább a társadalmi helyzet hasonlóságára A múltban például a párválasztás „alapszabalya" volt a társadalmi hasonlóság.

Az utóbbi évtizedek nagy társadalmi átalakulásai a párválasztás e régi alapszabályát sem hagyták érintetlenül; kulonosen a származás jelentősége csokkent, de az anyagi helyzet sem olyan meghatározó mint régen A fiatalok legtobbszor maguk dontenek, s a választasban a személyi vonzalom (rokonszenv, szerelem) jatsza a fő szerepet A hasonlóság azonban továbbra is fontos tenyezője a párválasztasnak, csak most már nem annyira a társadalmi helyzet, mint inkább a világnézet, az érdeklődés, a műveltség — általában a lelki tényezők hasonlósága a fó. A nemek viszonyanak általános megváltoztatásával, demokratikusabbá valasával a párválasztás jellege is módosult: most már nemcsak a ferfi választ, hanem a nő is. Ugy is fogalmazhatnánk, hogy a párválasztás új alapszabályai a kolcsonosség es az egyenjogúság.

Mindez azonban még mindig nem magyarázza eléggé, hogy kik választjak egymást, és miért?

Minthogy az ember egész magatartását a benne kialakult igények, szukségletek vezérlik, nyilván a párválasztásban is valamilyen igények játszanak meghatározó szerepet Espedig nemcsak a szexuális-erotikus igények — bár ezek általában alapvetoek —, hanem sokféle más, egyénileg különböző szukséglet és elvárás kielégítését szolgálhatja a párválasztás.

Ma már vannak elméletek a párválasztás magyarázatára. Az egyik ilyen a kiegészítő szükségletek elmélete. Ez abból az ugyancsak régi megfigyelésből indul ki, hogy az ellentétek vonzzák egymást. Eszerint olyan emberek választják egymást, akik szinte ellentétei egymásnak, s ezért egyik a másikat jól kiegészíti.

Ennek a kiegészülési elméletnek két másik változata is van. Az egyik — a szelektív szuksegletek elmelete — szerint az emberek a partnerkapcsolatban mindig olyan szuksegleteik kielégítését keresik, amelyek korábbi életuk során fontosakká valtak, éspedig vagy azáltal, hogy hozzászoktak a rendszeres kielégiteshez, vagy epp ellenkezóleg: a kielegítés elmaradása folytan valt az igény erőssé, ill fontossa. Pl ha valakinek olyan anyja volt, aki folyton dedelgette, akkor a partnernel is ezt fogja keresni, ha pedig sohasem kapott otthon gyengedséget, akkor epp ezért keres olyan partnert, akitól megkaphatja. A másik a kompenzálo szemelyisegzavar elmelete Eszerint csaknem mindenkinek van valamilyen személyisegzavara, s ezert olyan partnert keres, akivel ezt a zavart sikeresen ellensúlyozni tudja. Peldaul a szexuálisan gatlásos férfi egy még gátlásosabb nő mellett viszonylag bátornak érzi magát.

Egy további párválasztási elmélet (a szulőimádó keresése) abból a pszichoanalitikus megfigyelesből indul ki, mely szerint a gyermek elso es legmelyebb hatasú viszonya a masik nemhez az ellenkező nemű szulóhoz való kapcsolataban alakul ki. Ez minden kesőbbi partnerkapcsolat „osmintája", s a szulőkről alkotott kép mintegy a magva lesz a kesőbbi partnerideálnak, az „Igazi"-ról kialakított elképzelésnek Ha jó volt az ellenkező nemű szulővel a gyermek kapcsolata, akkor kesőbb olyan partnert keres, amilyen ez a szulő volt De a szulő esetleges negativ tulajdonságai is szerepet kapnak a partnerideál létrejottében, amennyiben a fiatal épp ellenkező tulajdonságú partnert igyekszik találni

Partnerideál és házassági elvárások

A partnerideál fontos meghatározó tényezője a párválasztásnak Tulajdonképpen a ferfi-, illetve nőideálról van szól, amely a másik nem megismerése nyomán alakul ki az egyénben.

A partnerideál egy társadalmilag meghatározott értékrendnek az egyéni tapasztalatok által módosított változata. Az egyes társadalmakban (vagy történelmi korokban) elég eltérő lehet, hogy milyen tulajdonságokat tartanak eszményinek, idealisnak, igazán férfiasnak vagy nóiesnek.

Egy hazai főiskolások és egyetemisták körében végzett felmérés adatai szerint a tudatos partnerideál fő tulajdonsága mindkét nemnél a megbízhatóság, az őszinteség; a hasonló ízlés és érdeklődés, az egészség, életerő; a gyermekszeretet, s végül az ötödik helyen — a nőideálban — a vonzó külső, a férfiideálban pedig a józanság és szorgalom szerepel.

Megerősítik ezt az említett felmérésnek a házassági elvárásokkal kapcsolatos adatai is. Eszerint mind a férfiak, mind a nők elsősorban szeretetet és megbecsülést várnak a házastársuktól; másodsorban pedig gyermeket. (A további elvárások nemenként különböző arányban a következő tényezőket tartalmazzák: lelki gazdagodás, szülőktől való függetlenedés, biztonság, rendszeres nemi élet stb.).

Természetesen figyelembe kell vennünk, hogy ez a tudatos rangsorolás nem feltétlenül azonos a párválasztás-irányító, tényleges értékrenddel, hiszen gyakran előfordul, hogy a választásban nem tudatos tényezők, ún. rejtett programok játszanak döntő szerepet. Különösen akkor van ez így, ha egy fellobbanó szerelem hatására, elég gyorsan történik meg a házassági döntés; ilyenkor az indítékok és elvárások többnyire csak utólag, fokozatosan tudatosodnak. A szerelmes állapotban történő házasságkötés így többé-kevésbé mindig „ugrás a bizonytalanba" avagy „zsákbamacska" jellegű, mert a szerelmi fellángolás megnehezíti a tudatos, józan mérlegelést, amire pedig egy ilyen „életre szóló" döntésnél nagyon is szükség lenne.

A házasságpszichológusok épp ezért azt ajánlják, hogy a friss szerelem állapotában ne kerüljön sor a házassági döntésre. A döntés előtt hagyjunk időt magunknak a lehiggadásra, egymás alaposabb megismerésére.

A jegyesség mint a házasság próbája

Egymás megismerésében jó szolgálatot tehet a jegyesség időszaka.

A jegyesség lényege az egymás iránti érzelmi elkötelezettség nyilvános megerősítése, a házassági szándék kinyilvánítása. Nem jár azonban házasságkötési kötelezettséggel, és minden formaság nélkül felbontható, ha bármelyik fél úgy látja, hogy nincs meg a szükséges összhang és összeillés. A jegyesség fő funkciója éppen az összeillés tisztázása, kipróbálása, a házassági elvárások összehangolása. Ezt elősegíti a minél szorosabb együttélés, a szabad idő közös eltöltése.

A jegyesség akkor töltheti be jól a szerepét, ha se nem túl rövid, se nem túl hosszú, és ha megelőzi — nem pedig követi — a végleges döntést. A túl rövid (pl. néhány hetes) jegyesség, amelynek kezdetén már kitűzik a házasságkötés időpontját, teljesen formális, nem ad módot az együttélés kipróbálására, egymás mélyebb megismerésére. A túl hosszú, több évig elhúzódó jegyesség könnyen megszokáshoz, telítődéshez, unalomhoz vezet, ami negatívan hat a házasodási törekvésre.

Régen az anyagi nehézségek, lakáshiány és más kényszerítő körülmények indokolták a hosszú jegyességet, de ma már szerencsére mindez könnyebben megoldható, a hosszú jegyesség hátterében inkább valamelyik fél bizonytalansága, a házassággal kapcsolatos döntésképtelensége áll.

A párválasztás főbb szempontjai

Az eddig elmondottakból következik, hogy a párválasztás nem egyszerűen egy választás, egy döntés, amely némi átgondolással máról holnapra megoldható, hanem folyamat, amely legalábbis az ismerkedéstől a házasságkötésig tart. E folyamatnak csupán egyik, bár kétségkívül legfontosabb mozzanata a végleges házassági döntés, elhatározás, amely kedvező esetben mintegy féléves jegyesség után következik be.

Természetesen bármilyen értékes szempont csak úgy ér valamit, ha képesek vagyunk józanul mérlegelni az intim kapcsolatot, a partner személyiségét, vagyis ha nem „vakít el a szenvedély". Ha nem vagyunk biztosak saját tárgyilagosságunkban, akkor legjobb, ha elnapoljuk a döntést.

Mindenekelőtt: a helyes beállítottságot, „hozzáállást" kell kialakítanunk, átgondolva, hogy a párválasztási döntésünk mennyire sorsdöntően befolyásolja majd a saját és partnerünk további életét, leendő gyermekeink fejlődését, s közvetve egész emberi környezetünket. Vagyis igyekezzünk felmérni a felelősséget, amit e döntéssel magunkra vállalunk, s amit semmiképpen sem szabad azzal elintézni, hogy „legfeljebb elválunk..."

Ugyancsak a helyes beállítottsághoz tartozik annak szem előtt tartása, hogy a párválasztás sikere legnagyobbrészt a

választás tudatosságának, átgondoltságának fokán múlik — és nem a véletlenen vagy más, kiszámíthatatlan tényezőkön. A párválasztás ugyanis nem valami misztikus dolog, hanem cseremegállapodás két ember között egymás különböző igényeinek, szükségleteinek kölcsönös kielégítésére. Tehát nemcsak azt kell világosan látni, hogy én mit várok és kapok, hanem azt is, hogy a másik ugyanúgy megkapja-e, amit vár.

Ez azt jelenti, hogy minél konkrétabban tisztázni kell a saját elvárásainkat és egyben a partneréit is. Vitassuk meg hogyan lehet összeegyeztetni a házasságkötés utáni életmódra, az együttlakás körülményeire, a szabad idő felhasználására, a nemi érintkezés gyakoriságára, a gyermeknevelésre, az egyéni ambíciók megvalósítására stb. irányuló igényeket, elképzeléseket. Nagyon fontos, hogy minden vonatkozásban megismerjük az egyéni érdeklődés, értékrendszer és világnézet hasonlóságát vagy különbözőségét is.

Ennek alapján állapíthatjuk csak meg, hogy milyen nehézségekre számíthatunk a házasságban és milyen lehetőség van ezek megoldására. A „strucc-politika" azonban — amivel sok fiatal pár reagál a mutatkozó, illetőleg várható nehézségekre — semmiképpen sem megoldás. Az észrevett problémák „szemérmes" elhallgatása a harmónia látszatának megőrzése érdekében — ez valójában a legsúlyosabb felelőtlenség, ami hamar megbosszulja magát. A problémák kikerülése nem igazi alkalmazkodás egymáshoz; inkább lappangó feszültségeket kelt, amelyek előbb-utóbb kirobbannak.

Az igazi alkalmazkodás: a problémák őszinte feltárásának és együttes megoldásának „művészete", amelyet már a házassági döntés előtt lehet és kell is tanulni, gyakorolni. Az alkalmazkodás legfőbb szabálya, hogy kölcsönös legyen, ne mindig csak az egyik fél kényszerüljön engedményekre. Pillanatnyilag ugyan az egyoldalú alkalmazkodás is beválhat, de hosszabb távon veszélyezteti a kapcsolat egyensúlyát.

A partner teljesebb megismerése feltételezi szüleinek, családi körülményeinek, rokoni és baráti kapcsolatainak alapos ismeretét is, hiszen mindenkit a körülményei, emberi kapcsolatai alakítanak. Értelmetlen és irreális azt várni, hogy a kedvünkért a partner bármelyik kapcsolatát feladja, ami számára fontos és értékes volt; ez túl nagy áldozat lenne. Inkább meg kell állapodni, hogy kivel, milyen formában és mennyire rendszeresen, közösen vagy külön-külön tartjuk fenn a további kapcsolatot.

Végül, de nem utolsósorban azokat az egészségi feltételeket és örökölhető sajátosságokat is figyelembe kell venni, amelyek a házaséletben és a leendő gyermekek egészsége szempontjából szerepet játszanak. Ebben a házasság előtti orvosi vizsgálat adhat segítséget.

Dr. Sz. V.

A pszichoszexuális fejlődésről

Az ember szexuális törekvéseinek irányát és jellegét a társadalmi körülmények, a nevelés határozzák meg. Noha a szexuális viselkedésnek változatlanul megvan a maga biológiai alapja, lényegét illetően már mégsem biológiai jelenség, mert az embernél magasabb síkra, a lelki jelenségek síkjára helyeződött. A szexuális viselkedés fiziológiai megnyilvánulásai alárendelődtek a társadalmilag meghatározott szexuális normáknak, szokásoknak, beállítódásoknak és ismereteknek.

Mindezek pedig már lelki tényezők. Ezért mondhatjuk, hogy az emberi szexualitás lényegét tekintve pszichoszexualitás, amelynek alakulását, fejlődését a testi tényezők csak befolyásolják, de nem határozzák meg. A pszichoszexuális fejlődés a személyiség fejlődésének alapvetően fontos része, egyik fő iránya.

A legtöbb ember számára ez a fogalom még ma is elsősorban vagy kizárólag a közösülést, a tényleges nemi életet jelenti. A szexualitás fogalma tudományosan értelmezve ennél sokkal tágabb értelmet kap: a nemiséggel, az ember nemi mivoltával kapcsolatos jelenségek összességére utal. Az a tény, hogy férfiaknak vagy nőknek tudjuk magunkat, az életnek úgyszólván minden területén befolyásolja magatartásunkat, még a gondolkodásmódunkat is.

A nemi különbségek nem korlátozódnak pusztán azokra a testi különbségekre, amelyek a szerelmi életben vagy a fajfenntartásban szerepet játszanak. Még arra is kihatnak, hogy milyen pályát választunk és milyen érvényesülési lehetőségeink vannak az életben. Ha ebben a szélesebb értelemben fogjuk fel a szexualitást, akkor aligha becsülhetjük túl a jelentőségét.

A nemi azonosság és a nemi szerep

El tud-e képzelni az olvasó egy olyan nőt, aki — nőiessége minden látható jele ellenére — férfinak érzi magát? Hát egy olyan férfit, aki szerint ő voltaképpen nő, csak „testi hiba" folytán rendelkezik férfias jegyekkel?

Vannak ilyenek, bár szerencsére ez egy viszonylag ritka szexuális zavar. Lényege az, hogy az illető nem a saját biológiai nemével, hanem a másik nemmel azonosul lelkileg, s ezért a másik nemhez tartozónak érzi magát. Az ilyen esetek azt bizonyítják, hogy a nemi azonosságérzés nem velünk születik, illetve nem automatikusan alakul ki, hanem a körülmények, a környezeti és nevelési hatások formálják. A jelek szerint attól függően érezzük magunkat férfinak vagy nőnek, hogy első életéveinkben szüleink, nevelőink fiúnak, vagy lánynak neveltek, fiúként, vagy lányként kezeltek-e bennünket.

Előfordulhat például, hogy egy szülő, aki fiút várt és lánya született, „kárpótlásul" fiúsan öltözteti a kislányt, fiúként kezeli, fiús játékokra ösztönzi stb. Ez veszélyes lehet különösen, ha nincs a gyermek környezetében más személy, aki ezt a hatást ellensúlyozná. Szerencsére ma már a legtöbb gyermek 3 éves korában óvodába kerül, ahol biológiai nemének megfelelően kezelik.

A normális pszichoszexuális fejlődés alapja az első életévekben kialakuló nemi azonosságérzés. Amikor a kisgyermek önmagáról megállapítja, hogy „ügyes kisfiú" vagy „jó kislány", azonosul saját nemével, s a továbbiakban önmagára mindent mint fiúra, illetve lányra vonatkoztat. Az én-tudat és a nemiség-tudat tehát elválaszthatatlan egymástól.

Ha a kisgyermek már tudja, melyik nemhez tartozik, megkezdődhet nála a nemi szerep tanulása. Ennek során fokozatosan és szinte észrevétlenül elsajátítja mindazokat a magatartásformákat, viselkedési módokat, amelyek saját nemére általában jellemzőek. Eleinte természetesen a kisfiús vagy kislányos viselkedés „normáival", szabályaival ismerkedik meg. A hagyományos nevelés nagyon különböző viselkedési normákat állított a fiúk és lányok elé. A kislánynak pl. „illett" babával játszani vagy a háztartásban segíteni; nem illett verekedni, fára mászni stb. A fiúnál mindez épp fordítva volt.

Mai életünk megköveteli a rugalmasabb szerepmagatartást. Ma már — mind gyakrabban — a férfinak is részt kell vállalnia például a háztartás vagy a gyermeknevelés gondjaiból, s a nők is tömegméretekben tanulják a „kenyérkeresetet" és a közéleti tevékenység hagyományosan férfiasnak tartott szerepeit.

A kisgyermekkori pszichoszexuális fejlődés

Felnőtti értelemben vett nemi életről természetesen nem beszélhetünk a gyermekeknél. De azért a gyermek nem olyan szexualitásmentes, amilyennek régen gondolták.

Szinte általános, hogy a saját testével ismerkedő kisgyermek „felfedezi" a nemi szervének érintéséből, simogatásából adódó kellemes érzést, s ezért szívesen babrál, játszik vele. Az ilyen „manipuláció" egyrészt fejleszti a gyermek szexuális reagálókészségét, másrészt alkalmat ad kíváncsiságának kielégítésére és nemi hovatartozásának tudatosodására. De ehhez már a szülő segítségére is szükség van. Legalábbis az lenne kívánatos, hogy a szülő elégítse ki a gyermek természetes kíváncsiságát, s gondoskodjék arról, hogy az mielőbb megértse a nemiség bizonyos alapelveit.

Egy német szexuálpedagógus (H. Grassel) tapasztalatai szerint a 2—3 évesek már élénken érdeklődnek saját nemi szerveik iránt, megtanulják annak nevét, átveszik a szülők ezzel kapcsolatos beállítottságát: külsődleges jegyek alapján kezdik megkülönböztetni a nemeket. A 3—4 évesek már a másik nem testi sajátosságai iránt is érdeklődnek, feltesznek az első kérdéseket a nemek különbségeire és a kisbabák eredetére vonatkozólag. A 4—5 éveseket a kisbabák eredetén kívül a szülők házastársi viszonya is egyre inkább foglalkoztatja. Megmutatkozik ez pl. a „papás-mamás" játékokban, az ellenkező nemű szülő-

nek szóló „szerelmi vallomásokban", feltékenykedésekben és vágyálmokban. De egyre több kérdést is tesznek fel a szülők és általában a nemek viszonyára vonatkozólag. Szexuális kíváncsiságukat nemcsak a szülők meglesésével, hanem pl. hasonló korú társaik nemi szervének megtekintésével és az 1—2 évvel idősebbektől szerzett információk revén is igyekeznek kielégíteni.

A kisóvodást még teljesen kielégíti az a válasz, hogy a fiúk kívül, a lányok belül hordják a nemi szervüket, és hogy a kisbabát nem a gólya hozza, hanem az anyuka hasában növekszik, amíg meg nem születik. Az 5—6 évesek viszont egyre több részletre kíváncsiak, például arra, hogyan születik meg a kisbaba stb. Aszerint, hogy milyen élményekben és felvilágosításban volt részük, ebben a korban már nagy egyéni különbségek vannak az egész pszichoszexuális fejlődést illetően.

A kisiskoláskor és a pubertás

Az újabb megfigyelések azt mutatják, hogy az óvodáskori pszichoszexuális fejlődés töretlenül folytatódik: a szexuális érdeklődés nem alszik ki, legfeljebb átmenetileg kissé háttérbe szorul az iskoláskor sok új élménye mellett.

Az ellenkező nemű szülő iránt korábban érzett „szerelem" ebben a korban rendszerint elhalványul, s mind fontosabbá válik a hasonló korú társ. Köztük a másnemű osztálytársak, játszópajtások is, akikkel még fesztelenül tudnak barátkozni — s e barátkozásból nemritkán meghatóan szép gyermekszerelmek is kihajtanak. De a másik nemmel való barátkozás akkor is fontos és fejlesztő élmény, ha nem lesz belőle „szerelem". A nemek együttes nevelésének nagy előnye, hogy a fiúk és lányok már korán megismerhetik, megszokhatják egymást, gyakorolhatják a nemi szerepnek az ő életkorukra előírt magatartásformáit, s ez jó előkészület a későbbiekre.

Növekszik a gyermekek közötti szexuális témájú beszélgetések, véleményés információcserék aránya. Ehhez mai életünk bőségesen kínál alkalmat, hiszen a tv, a mozi, a képeslapok vagy felvilágosító könyvek már a kisiskolások számára is hozzáférhetőek. Ha már korábban nem riasztották el tőle, úgy a kisiskolás is szívesen tesz fel szextémájú kérdéseket a szüleinek. Most már nemcsak arra kíváncsi: hogyan jön ki a gyerek az anyuka hasából, hanem arra is, hogyan került oda.

Ha nem kap kielégítő választ szüleitől, akkor igyekszik máshonnan megszerezni. Nincs nehéz dolga, hiszen az iskolában mindig akad néhány „felvilágosultságát" fitogtató, „mindent tudó" gyerek. Az ilyen „haveri felvilágosításnak" nem az a fő hátránya, hogy pontatlan, hiányos vagy éppen torz ismereteket nyújt, hanem az, hogy rendszerint cinikus hangnemben, trágár szavakkal, kiábrándultan történik, vagyis helytelen beállítottság kapcsolódik hozzá.

A nemi élet iránti érdeklődés megélénkülése a 8—12 éves korban, vagyis az ún. prepubertásban — a serdülést megelőző időszakban — figyelhető meg. A szexuális felvilágosításnak és nevelésnek igen fontos időszaka ez, hiszen az ilyen korú gyermekek gyakorlatilag már mindent megértenek, amit a nemiséggel kapcsolatban fontos tudnivalónak tarthatunk. Ilyenkor kell előkészíteni őket a serdülőkori változásokra (pl. a menstruációra, ill. a magömlésre, stb.), mert ennek elmulasztása fejlődési zavarokat, lelki válságokat okozhat.

A testi és lelki serdülés összefüggése

A serdülés napjainkban egy-két évvel korábbi életszakaszban jelentkezik, mint 50—100 évvel ezelőtt. A testi fejlődésnek ezt a meggyorsulását nevezik latin szóval akcelerációnak.

Újabb vizsgálatok kimutatták, hogy a testi és lelki serdülés az esetek legnagyobb részében független egymástól, vagyis egyik sem határozza meg a másikat, és nem szükségszerű, hogy párhuzamosan történjenek.

Az agyalapi mirigyből (hipofizis) kiinduló hormonális változások növelik a szervezet reagálókészségét, különösen a szexuális reagálókészséget; így újszerű élményeket tesznek lehetővé. Ez — és a testi növekedés együttesen — azt eredményezi, hogy a serdülőnek át kell alakítania saját testéről és a nemiségről alkotott korábbi elképzeléseit. Még inkább befolyásolja a lelki serdülést az a mód, ahogyan mások reagálnak a serdülő testi változására. Az a kislány, aki tegnap még „kezét csókolom"-mal köszönt a férfiaknak, ma pedig neki köszönnek így, a férfiszemekből olvashatja ki, hogy nagylány lett — érthetően igyekszik ennek megfelelően viselkedni.

A felnőttes viselkedés ritkán sikerül nehézség nélkül. Ha a serdülő nincs felkészülve lelkileg a változásokra, akkor „zavarba jön", nem tud alkalmazkodni az új helyzethez, egész viselkedése bizonytalanná, ellentmondásossá válik. Nemcsak azért, mert alig ismer rá saját magára, ha tükörbe néz, hanem mert nehezen tudja eldönteni, mihez tartsa magát; rendszerint ugyanis egész más viselkedést várnak tőle a szülők és a nevelők, mint a barátok, a hozzá hasonló korúak.

Lelki önállósulás, szülőkhöz való viszony

A szülőktől való függő viszony a serdülés közeledtével válik először érzelmi problémává a gyermek számára. Kezdi kényelmetlennek érezni a családi kötöttségeket, főleg ha a szülők túlságosan korlátozni igyekeznek pajtási, baráti kapcsolatait. A serdülőkorban aztán a szülőkhöz fűződő viszony átalakítása alapvetően fontos feladattá válik. Ekkor kell bekövetkeznie ugyanis a lelki önállósulásnak, amelynek fő feltétele a szülőkről való „érzelmi leválás". Ennek hiányában a serdülő nem képes érzelmileg máshoz — jó baráthoz, partnerhez — kapcsolódni.

Az érzelmi leválás lényege a függő viszony átalakítása egyenrangú, baráti viszonnyá. Nyilvánvaló, hogy ez nem következhet be máról holnapra, hiszen a lelki önállóság is csak fokozatosan alakul ki a prepubertástól kezdve. A függetlenséget tehát abban az ütemben kell biztosítani, ahogyan a serdülő képessé válik az önállóságra.

De az is bizonyos, hogy az önálló, felelősségteljes döntés és viselkedés képessége nem alakul ki magától; ezt is, mint bármely más képességet, gyakorolni, fejleszteni kell.

Sajnos sok szülő túlságosan félti vagy túl szigorúan fogja serdülő gyermekét, nem ad teret az önállóság gyakorlásának.

Egyes esetekben a serdülőknek szinte ki kell kényszeríteniük az önállósulást a szülők jóindulatú gyámkodásával vagy tekintélyféltésével szemben. Ez rendszerint többé-kevésbé nyílt összeütközésekkel, konfliktusokkal jár.

Még mindig jobb azonban, ha a serdülő erővel kikényszeríti az egyenrangú viszonyt, mint ha megmarad a gyermekies függőség állapotában. Az ilyen fiatal lehet a szülő vagy a tanár „kedvence", csak éppen képtelen az önálló életvezetésre, az egyenrangú partnerkapcsolatra. Ez pedig a személyiségfejlődés és általában az egyén sorsa szempontjából veszélyesebb, mint a kikényszerített, vagy a túl korai önállósulás.

A barátkozástól az első szerelemig

A szülőkről való érzelmi leválással ugrásszerűen megnő a szoros baráti kapcsolat iránti igény. A jó barát, illetve barátnő érzelmi támaszt és azonosulási mintát jelent a serdülőnek, hiszen önkéntelenül is olyan barátot választ, aki imponál, akinek vannak utánzásra méltó, előnyös tulajdonságai. Valójában a barátválasztás is egyfajta párválasztás, a szerelmi és házassági párválasztás előgyakorlata, s a jó barát olyanféle szerepet tölt be a serdülő lelki életében, mint majd később a szerelmi partner. A 8—14 éveseknél gyakran megfigyelhető, hogy a jó barátok szinte szerelmesek egymásba, „sülve-főve együtt vannak", ajándékokat és „titkokat" cserélnek ki stb. Nagyjából ez az időszak a nemek szerinti elkülönülés ideje, amikor a fiúk is, a lányok is többnyire azonos neműekkel barátkoznak, a másik nemhez még nem nagyon mernek közeledni.

Az átmeneti elkülönülés után, rendszerint már 13—14 éves korban megkezdődik a nemek egymáshoz való közeledése; eleinte inkább csoportos formában (kiránduláson, táncmulatságokon, iskolában stb.).

A serdülő- és ifjúkorban az azonos neműek barátsága fokozatosan háttérbe szorul; normális fejlődés esetén mindinkább veszít jelentőségéből, miközben előtérbe kerülnek a másneműekkel való kapcsolatok. A jó barátok vagy barátnők is egyre inkább a másneműekkel való kapcsolatuk problémáit beszélik meg egymással.

A serdülőkori randevúkon még ritkán kerül sor komolyabb szexuális közeledésre, vagy kapcsolatok létesítésére. A randevúk inkább a „plátói szerelem" jegyében indulnak, az erotika finom, „átszellemült" formáival, amikor például a

partner kezének megérintése is nagy izgalom és gyönyörűség. Az első randevúkkal rendszerint az első szerelem is jelentkezik, ami a szexuális közeledés mértékétől függetlenül igen nagy érzelmi élmény, és messzemenően befolyásolja a pszichoszexuális fejlődést. Ez a befolyásolás lehet pozitív, fejlesztő jellegű, de lehet negatív, fejlődésgátló is (vagy a kettőnek a keveréke), aszerint, hogy az eddigi lelki fejlődés — és nevelés — hogyan és mennyire készítette fel a fiatalt ennek az élménynek a befogadására.

A szexuális reagálókészség alakulása

A fiúknál és a lányoknál eltérően alakul a szexuális reagálókészség. Ez részben élettani okokra vezethető vissza. A fiúknál a testi serdülés magával hozza a magömlések jelentkezését, s ezzel együtt az ún. orgazmus (szexuális kielégülés) élményét. Ez a kellemes élmény általában ugrásszerűen növeli a nemi vágyat, a szexuális kielégülés iránti igényt.

A lányoknál ezzel szemben a serdülés nem hozza magával az orgazmuskészség kialakulását. Bár hormonális hatások folytán ők is fogékonyabbá válnak a nemi igényekre, szexuális reagálókészségük csak megfelelő élmények és gyakorlás hatására teljesedik ki. Ilyen élményeket biztosíthat a szerelmi kapcsolat, illetőleg az abban megvalósuló erotikus közeledés; a lányok elég jelentős hányada az első szerelmi viszonyában él át először szexuális izgalmat.

A frigiditás többnyire épp az olyan esetekben következik be, amikor a téves szemlélet folytán túl sokáig tart a szexuális önmegtartóztatás időszaka. A lányok szexuális depressziója aztán közvetve a fiúk pszichoszexuális fejlődését is hátráltatja, bennük is zavarokat idézhet elő.

Napjaink felszabadultabb légkörében egyre több lánynál tapasztalható a szexuális reagálókészség harmonikusabb fejlődése, ami a helyes szemlélet térhódításának eredménye. Ezt az egészséges fejlődést azonban veszélyezteti egy másik véglet: a tényleges szexuális kapcsolatok túl korai elkezdése.

A kapcsolatok kezdetei

Az utóbbi évtizedekben megfigyelhető egy olyan folyamat, hogy a tényleges nemi élet megkezdésére mind fiatalabb életkorban kerül sor. Ezt összefüggésbe szokták hozni az úgynevezett akcelerációval, vagyis a testi fejlődés meggyorsulásával, továbbá a tanulmányi időszak, az iskolába járás meghosszabbodásával, ami a házasságkötés lehetőségét általában későbbre tolta ki.

A 18—20 éves kor helyett napjainkban egyre több fiatal már 16—18 éves korában szexuális kapcsolatot létesít, ami önmagában nem lenne baj, ha ez megfelelő felkészültséggel történne. Sajnos nem mindig történik így.

Sok esetben lelkileg és különösen pszichoszexuális szempontból még éretlenek a nemi életet kezdők; néha fel sem tudják mérni, hogy mire vállalkoznak. A legáltalánosabb probléma, hogy a felkészültség hiánya miatt még tele vannak bizonytalansággal, gátlásokkal, félelemmel, ezért első próbálkozásaik gyakran kudarcot vallanak.

Az ilyen felkészületlenség, lelki éretlenség esetén a nemi élet túl korai megkezdéséről beszélhetünk, függetlenül attól, hány évesek a partnerek.

De az is veszélyekkel járhat, ha a nemi élet megkezdése túl későn történik. A szexuális igények és képességek például visszafejlődnek, mint minden más képesség, ha hosszabb időn keresztül nem élnek velük.

Van tehát a nemi élet megkezdésének egy egyénileg különböző életkorban bekövetkező, legkedvezőbb időpontja, amelynek elsietése vagy elmulasztása egyaránt hátrányos. A tényleges szexuális kapcsolatra való megérést, felkészültté válást meg kell előznie a kapcsolati próbálkozások, erotikus közeledések, szerelmi játékok időszakának, melynek során fejlődik a szexuális reagáló- és alkalmazkodókészség. A szexuális kapcsolatra való érettség azonban még nem feltétlenül jelenti azt, hogy az egyén a véglegesnek szánt párválasztásra, a házasságkötésre is éretté vált.

Dr. Szilágyi Vilmos

A családi élet harmóniájáért

Szexuális felvilágosítás és nevelés

Társadalmunkban egyre szélesebb körben jelentkezik igény a korszerű szexuális ismeretek megszerzésére. Terjed az a felismerés, hogy csak akkor biztosítható a gyermekek egészséges testi és lelki fejlődése, ha a szülők tisztában vannak a szexuális ösztön legkoraibb megnyilatkozásainak tüneteivel és azok jelentőségével. Egyre inkább tudatosodik, hogy a megszégyenítés és megfélemlítés a nevelés elítélendő eszközei, hogy a nevelés és ennek keretén belül a szexuális felvilágosítás a döntő tényező abban, hogyan alakul a másik nemhez való viszony, a házasság, az egész későbbi boldogság.

Társadalmi igény tűzte napirendre a szexuális felvilágosítás és nevelés kérdését, ami hazánkban a „családi életre nevelés" jelszava alatt alakul, fejlődik, szerveződik. Kifejezésre jut ebben, hogy a szocializmus építésének jelen fázisában mind az egyén, mind a társadalom érdeke követeli a harmonikus családi élet kialakítását, megerősítését. Mindenekelőtt azért, mert a gyermekek harmonikus fejlődését elsősorban a boldog családi élet biztosítja. A pszichológia és a neveléstudomány egyre határozottabban hangoztatja, hogy az egyén jellemének, magatartásának fejlődésében az első életévek döntő jelentőségűek, és ez szexuális vonatkozásban is igazság. Csak az a felnőtt ember képes emberi kapcsolatok megteremtésére, szeretetre és szerelemre, aki csecsemő- és gyermekkorában a szülői szeretet meleg légkörében nőtt fel. Ha nélkülözte ezt, könnyen válik magányossá, emberkerülővé. A társadalom abban is érdekelt, hogy a családi élet megadja azt a nyugalmat és kiegyensúlyozottságot, amely a munka végzésére és a kulturális fejlődésre is a legjobb feltételeket teremti meg.

Az egyén számára a szerelemre épült házasság biztosítja a legjobb és legzavartalanabb nemi életet. Ugyanakkor élettársra tesz szert, akivel megosztja az élet örömeit, de támaszt talál a nehézségek leküzdésében is. A házasság adja meg a családalapítás lehetőségét, a gyermekek világrahozatalának keretét, és ezzel a halandó ember halhatatlanná válásának egyik oldalát.

A szexuális felvilágosítás hazánkban még mindig eléggé elmaradott. A mai felnőttek idősebb része még olyan társadalomban nőtt fel, amely az uralkodó vallásos világnézet alapján a szexuális ösztön minden megnyilvánulását bűnösnek bélyegezte, és az önmegtartóztatást a legnagyobb erénynek minősítette. Szexuális kérdésekkel nem illett és nem lehetett foglalkozni. Tudatlanság uralkodott. A gyermekeket a hagyományos erkölcsnek megfelelően nevelték, azok magatartása is ennek megfelelően alakult.

Mi is az erkölcs? A társadalmi tudat egyik formája, amely az emberi együttélésnek a fejlődése során változó szabályait tartalmazza és az emberek egymás közötti, illetve az egyén és a társadalom közötti magatartás normáit határozza meg. Az erkölcs egy adott társadalomban osztályonként különbözik, de az uralkodó osztály igyekszik a maga erkölcsét a többi osztályra is rákényszeríteni. Az erkölcsi követelménynek megfelelő magatartásra nevelik a gyermekeket a szülők és a társadalmi környezet is. Az így kialakult magatartási szokások szívósak, nemzedékről nemzedékre öröklődnek. Ezért is nehéz az új társadalmi-gazdasági rendszer új, nagyobb igényű erkölcsének elfogadtatása, meggyökereztetése. És azért is, mert a szocialista erkölcs nem egyszerűen törli a régi erkölcsöt, hanem átveszi és magasabb szintre emeli annak maradandó értékeit, mindazt, amit az erkölcs fejlődése a történelem során alkotott. Az erkölcs az emberi létezés és tevékenység egész területét átfogja. Sokaknak nagyfokú tévedése tehát, ha az erkölcs fogalmát csak a nemi életre vonatkoztatják, bár az is igaz, hogy a nemi erkölcs az általános társadalmi állapotoknak elég érzékeny mutatója.

A szexuális felvilágosítás csak mostanában került be az iskolák nevelői-oktatói tevékenységébe. Nagyon időszerű volt, mert minden újabb keletű vizsgá-

lat is azt mutatta, hogy a fiataloknak csak néhány százaléka kapott szexuális felvilágosítást a szulőktől vagy egészsegugyi szakemberektol, tobbséguk egymástól nyeri ismereteit, módjában és tartalmában nem mindig kifogástalanul. Pedig a felvilágosítás viszonylag egyszerű dolog, csak azt igényli, hogy a régen túlhaladott előítéletekkel vagy megallapitásokkal szembehelyezzük a tudományos megismerést, az ebből származó megváltozott szemléletet és azt elterjesszuk. A fiatalokat koruknak és erdeklődésuknek megfelelően tájékoztatni kell a nemi szervek működéséről, a szaporodásról, a fogamzásgátlásról, a nemi oszton jelentőségéről, a családtervezésról stb. A helyes felvilágosítással vetjük meg a szexuális nevelés alapját. Míg azonban a felvilágosítás tulajdonkeppen ismereteket kozol, tehát csak az ertelemre hat, a nevelés célja ennél messzebb ható, mert az egyén magatartasát, jellemét, cselekvésének célját, módját kívánja kialakítani. A neveléssel igyekszunk kifejleszteni azt a képességet, hogy a nevelt az élet folyton változó korulményei kozott jól eligazodjék, megállja helyét, ne kerüljön ellentétbe a tarsadalmi kovetelményekkel, eljusson a kor általános műveltségi fokára, magaeva tegye a haladást, a fejlődest szolgáló vilagnézetet, végső fokon találja meg egyensúlyát, boldogságát az eletben.

Ennek megfelelően a szexuális nevelés célját abban határozhatjuk meg, hogy az egyén a nemi élet kérdéseiben is jól eligazodjek, jól megállja helyét ne keruljon ellentétbe a társadalom erkolcsi felfogásaval; műveltségéből ne hiányozzanak a szexuális vonatkozású ismeretek sem, végsó fokon szexuális elete is kiegyensúlyozott, harmonikus legyen.

A szexuális működés zavarairól

Megdobbentően sok férfi és nő küzd szexuális zavarokkal. Elenyésző százalékban okozza ezeket fejlodesi rendellenesség, a szervezet egeszének vagy a nemi szerveknek a megbetegedése; a legfóbb ok a tudatlanság es a felelem a pszichoszexualis fejlódesben keletkezett zavar miatt. Az európai kultúra a nemiséget bunos, szégyenletes dolognak minősítette és az érintkezést is csak akkor tartotta megengedhetőnek, ha az a szaporodás célját és nem az örömszerzést szolgálta. Évezredeken keresztül uralkodott az a felfogás, hogy a házasság előtt minden szexuális tevékenység megengedhetetlen, mert a személyiség fejlődését károsítja, erkölcstelen és ártalmas, mind a fizikai, mind a szellemi egészségre. Az elrettentés, a fenyegetés, a félelemkeltés különösen a lányok nevelésében érvényesult. A férfiak számára megkeresték a kiskaput, hiszen a tarsadalomban a férfi uralkodott. A szexuális magatartásban is kialakult a kettős erkolcs, amely a férfi számára lehetővé tette a nemi kielégülés megszerzését, a nőktől azonban elvárta, hogy szüzen menjenek a házasságba és szigorúan büntették házasságtörésüket is.

A nők helyzetét megnehezítette az is, hogy nem ismerték el a nők szexuális ösztönének élettani adottságát; kiváló nőgyógyászok tankonyvekben rögzítették azt a nézetet, hogy a nemi vágy és a nemi oromszerzés nem tartozik a nő élettani követelményei közé, hiszen ezek nélkül is termékenyül, teljesíteni tudja női „hivatását".

Érthető ezek után, hogy a szexuális ösztön jelentkezését a serdülés korában, és azon túl is, félelem és bűntudat kíserte.

A nevelés arra torekedett, hogy a szexuális ingereket elnyomják, elutasítsak. Igy a társadalmi hatások akadályozták a szexuális oszton kivirágzását, a pszichoszexuális fejlődést, a helyes szexuális és pszichoszexuális értékrend kialakulását. Különosen a serdülő lányoktól kovetelték, hogy ébredő érdeklodésüket, szexuális érzéseiket, az érzéki reakciókat elfojtsák, így rendszerint minden szexuális ismeret és tapasztalat nélkul kezdték el házaséletuket, félve az első érintkezés fájdalmasságától, a vele járó vérzéstől, az esetleg még nem kívánatos terhességtól Azt várták, hogy majd a ferfi lesz tanítómesteruk, aki átsegíti őket a nehézségeken és megszerzi számukra az oromot. De a férj is rendszerint nélkulozte a megfelelő ismereteket. Néhány konnyú kaland után, esetleg csak néhány prostituáltnál nyert tapasztalattal vagy meg ezeket is nelkulözve, honnan is tudhatta volna, hogy partnerének hol, mikor, milyen ingerles

az igénye. Maga is félelemmel eltelve — vajon sikerül-e férfiasságát bizonyítania — indult a házaséletnek, amelyben a partner támogatására nem számíthatott.

A házasélet megkezdése tehát a férfi számára sem volt tisztán az örömök forrása, hiszen a kezdeti felelősség főleg reá hárult. S ha véletlenül az első kísérlet kudarcba fulladt, a sikertelenséget egy életen keresztül sem heverték ki. Egymás között sem tudtak beszélni róla, tanácsot kérni restelltek, de nem is igen volt hová fordulniuk. Múlt időben írunk, pedig csak tanúi vagyunk az alapvető változások elindulásának. A társadalmi és kulturális hatások még ma is sok serdülőt és fiatalt — különösen nőket — késztetnek ösztöneik gátlására, eltitkolására. A szexuális ösztönök gátlása azon túl, amit pozitív értelemben a reális társadalmi és szexuális értékrend megkövetel, eltorzíthatja, de mindenképpen értékében csökkenti a nemi funkciót.

A sikeres szexuális tevékenységhez két különálló rendszer harmonikus együttműködése szükséges. Az egyik a biológiai, amely felfogja a szexuális ingereket, ezek hatására a már ismert testi változások következnek be és ha az ingerlés folyamatos, szívesen fogadott és természetes módon hat, automatikusan — akaratunktól függetlenül — orgazmushoz vezet. A pszichoszexuális tényezőkön múlik, hogy a biológiai ingerek megfelelően érvényesüljenek.

A pszichoszexuális fejlődésben — mint ismeretes — nagy szerepe van a szociális, a kulturális, a családi és a környezeti hatásoknak, különösen a legkorábbi benyomásoknak. Ha a pszichoszociális tényezők negatív módon hatnak, akkor a biológiai hatásokat korlátozzák, érvényesülésüket esetleg időlegesen vagy véglegesen megakadályozzák. A pszichoszociális tényezők pozitív jelentőségét mutatják azok az esetek, ahol létrejön a szexuális izgalom és kielégülés olyankor is, amikor testi betegségek — akár a nemi szervekkel kapcsolatban —, leromlott egészségi állapot, rossz táplálkozás vagy egyéb testi adottságok a biológiai ingerek érvényesülését korlátozzák.

Olyan korban élünk, amikor a szexuális magatartás és gyakorlat alaposan megváltozott. Ismeretes, hogy a nemi ösztön az állatvilágban hormonális hatásra időszakosan jelentkezik. Az embernél a nemi ösztön állandósult, az agykéregnek — a tudatos működések székhelyének — irányítása alá került. Az állandósult nemi élet kedvezett a gyönyörszerző jelleg kialakulásának. A párzástól független érzéki gyönyör (erotika) jellemző emberi sajátosság. Még inkább előtérbe hozta a nemi ösztön gyönyörszerző jellegét a születésszabályozás, amely világszerte egyre terjed és amely élesen elkülöníti a szaporodási funkciót és a gyönyörre való törekvést. Közben az ember a műveltség fejlődésével a nemi ösztönt szerelemmé, két különnemű ember legtökéletesebb testi és szellemi egybeolvadásává magasztosította. Az ősi ösztön megnemesedett, a nemi vágy díszes érzelmi köntösbe öltözött, méltóvá vált az emberhez. Talán nincs még egy szó, amit olyan nehéz lenne meghatározni, mint a szerelmet, annak ellenére, hogy írók, költők, filozófusok a történelem során sokat írtak róla. Sokan igénylik a párkapcsolatban a szerelmet, amely szerintük kizárólagosságot és kölcsönösséget is jelent. Mások a szexuális tevékenységben kizárólag a gyönyört igénylik és a változatosságot keresik.

A másik tényező a női emancipáció, ami a nemi élet területén is változást hozott. A házasság többé nem a létfenntartás eszköze, a nők igényessé váltak a párválasztásban, megszabadultak faji, társadalmi előítéletektől. A férfiakkal egyenlő jogok igénylése, a nemi ösztön örömszerző jellegének előtérbe kerülése, a fogamzásgátló módszerek növekvő biztonsága és elterjedtsége, a nemi betegségek ellen folyó eredményes küzdelem a nők szexuális magatartását hasonlóvá tette a férfiakéhoz. 1926-ban egy amerikai orvosnő 1200 nőt kérdezett meg, hogy van-e igénye a szexuális örömre a házaséletben és háromnegyed részük „nem"-mel válaszolt. Az azóta eltelt ötven esztendőben a kulturális fejlődés és a szexuális felvilágosítás eredményeképpen egyre többen jutnak el az örömszerzésig, és akik nélkülözik, egyre gyakrabban keresnek orvosi segítséget.

A szexuális működési zavarok leggyakoribb megjelenési formája férfiaknál a korai magömlés és a közösülési képtelenség (impotencia), nőknél a fájdalmas érintkezés (diszpareunia) és az orgazmus hiánya. Az előidéző ok lehet —

ritkán — testi tényező, gyulladás vagy sérülés, ami gyógyítást igényel és a gyógyulással rendszerint a funkció is megjavul. Az jól ismert, hogy a mindennapi gondok, a kimerültség, a leromlott egészségi állapot csökkenti a nemi vágyat, akár teljes érdektelenséget okozhat. Kedvezőtlenül hathatnak külső körülmények, amikor pl. a zavartalanságot nem tudják biztosítani (együttlakás szülőkkel, gyermekekkel), vagy veszekedés a házastársak között, szomszédokkal, munkatársakkal. Nagyon gyakori ok, hogy a partner nem mutat érdeklődést, hiányzik az érintkezést bevezető kedveskedés, gyengéd és figyelmes szerelmi előjáték. Az is természetes, hogy az egyik fél szexuális zavara kihat a partner szexuális tevékenységére is, mert a zavar okát magában is keresheti, érte önmagát is felelősnek érezheti. A nemi érintkezés két személy közötti kölcsönös kapcsolat, így csaknem lehetetlen, hogy az egyiknek problémája legyen és az ne hasson a másik magatartására is.

Tudatos és tudattalan lelki tényezők is szerepet játszhatnak a szexuális zavarok keletkezésében. Így tudattalan gyermekkori szexuális elképzelések, félelem és bűntudat, erőteljesebb kötődés az egyik szülőhöz, hasonlóneműekkel kapcsolatos szexuális élmények, erőszakos nemi cselekmény stb.

A szexuális zavarok megelőzésének legjobb eszköze, hogy a gyermekkort a nemi dolgok iránti érdeklődés és tevékenység területén is a szeretet és a megértés jellemezze. A megfélemlítés, büntetés rossz eszköz a szexuális nevelésben, míg az időben teljesített, megfelelő hangú és tartalmi felvilágosítás igen nagy segítséget nyújt.

A működési zavarok gyógyításában gyógyszerre nem támaszkodhatunk, keletkezésükben a tudatlanság a fő tényező. Kezelésével főleg ideggyógyászok foglalkoznak, pedig igen gyakran nincs szó semmiféle pszichés betegségről, hanem a tünet, a nemi működés zavara, maga egyben a betegség is. Masters és Johnson élettani vizsgálataik eredményének felhasználásával új kezelési eljárást dolgoztak ki, amely világszerte elterjedt és viszonylag rövid kezelési idő alatt kiváló eredményekhez vezetett. A kezelést egy férfiből és egy nőből álló gyógyító egység végzi. Előbb a férfi a férfit, a nő a nőt kérdezi ki részletesen szexuális fejlődésének történetéről, jelentősebb gyermekkori, serdülőkori élményeiről, a szülők magatartásáról, partnerének megítéléséről stb. Majd a férfigyógyász a nővel, a nő a férfival folytat beszélgetést, ez módot ad a megelőzően előadottak kiegészítésére, ellenőrzésére, értékelésére. Ezt követően mind a négyen közös megbeszélésen vesznek részt. A beszélgetések lehetőséget adnak a hiányzó ismeretek pótlására, a téves nézetek helyreigazítására, a helyes szexuális értékrend kialakítására. A gyógyító team előnyei sok vonatkozásban kétségtelenek, de sokan gyógyító pár nélkül is eredményesen használják a módszert. A korábbiakból értethetően mindig a párt kezelik, akkor is, ha a zavar csak az egyik félnél jelentkezik és a pár együttesen felelős a kezelés sikerességéért. A pár a közös megbeszélésen kap utasítást a tennivalókra. Ennek lényege az erogén zónák érzékenységének tudatos és kölcsönös megismerése „adok-kapok" játék révén. Kellemes környezetük magányában tanulják meg a tapintási, látási, szaglási és hangingerek okozta gyönyörérzést, miközben nincs más feladatuk, minthogy kifejezésre juttassák: mi a jó, mi az, ami nem tetszik az erogén zónák ingerlése kapcsán. A kezelésnek igen lényeges elve, hogy nem ad olyan feladatot. ami a pár egyik vagy másik tagjánál feszültséget (stresst) okozhat. A kezelés első szakaszában tilos az érintkezés, egyrészt, hogy ne vonja el a figyelmet az érzéki ingerléstől, másrészt a pár ne érezzen cselekvési kényszert. Az erogén zónák érzéki hatásának megismerése segíti a biológiai rendszer érvényesülését, a pszichoszexuális gátlások megszűnését, a szexuális érzés és gondolkodás kialakulását. E gyakorlatok alatt tanulja meg a pár a kölcsönös közlékenységet, mind szavakkal, mind szavak nélkül. Sokszor életükben először nyilatkoznak meg érzelmeikről, vágyaikról, elképzeléseikről és gátlásaikról. A gyakorlatok során észlelik, megtanulják, hogy a szexuális izgalom orgazmusba fejlődése természetes folyamat, amit azonban az értelem célszerűtlen működése megakadályozhat. A túlzott figyelem a viselkedésre és teljesítésre, a kétség a teljesítőképesség iránt, az önbizalom megrendülése, a sikertelenség miatti félelem és aggodalom mind akadályai lehetnek a nemi örömszerzésnek, mert a szexuális ingereket kiemelik természetes közegükből.

Családtervezés

Ha a családtervezésről, a születésszabályozásról esik szó, az emberek általában a születések korlátozására, a védekezésre, vagy a terhességmegszakításra gondolnak. Pedig a családtervezés azt jelenti, hogy a gyermek nem véletlenül jön a világra, hanem érkezésére tervszerűen felkészülnek a szülők, azaz előre meghatározzák születendő gyermekeik számát és a születésük közötti időszakot is. Mert a gyermek akkor igazán a legnagyobb boldogság forrása, ha a házastársak örömét és nem a gondját fokozza. Az ember, aki kutatja és megismeri a természeti és társadalmi törvényeket, tudása birtokában a szaporodást sem bízza a véletlenre, hanem gondosan készül a gyermek fogadására.

A felkészülés első eszköze és célja a jó egészségi állapot. Ismeretes, hogy a terhesség és a szülés fokozott munkát ró a keringésre, a májra, a vesére, a tüdőre és a csontrendszerre egyaránt. Ezért helyes, ha a házaspár még a terhesség előtt megvizsgáltatja magát és mindketten arra törekszenek, hogy a fogamzás a legjobb egészségi állapotukban következzék be. Ha egészséges ondósejt termékenyít meg egészséges petesejtet, akkor egészséges újszülöttre számíthatunk. Nem elég tehát terhesség alatt kerülni az ártalmakat, azokat még a terhesség előtt kell kiküszöbölni. Gondolok a munkahelyi károsító tényezőkre, mint különböző ártalmas vegyi anyagokra és ionizáló sugárhatásokra, a nagyon meleg munkahelyre, de különböző gyógyszerekre is, különösen a nyugtatókra és az altatókra, továbbá egyes élvezeti cikkek, mint az alkohol és a feketekávé mértéken felüli fogyasztására. A dohányzó terheseknél jelentősen gyakoribb a vetélés, a koraszülés, még a fejlődési rendellenességek előfordulása is és az újszülöttek súlya is kisebb az átlagosnál. A dohányzás ondókárosító hatását a meddőség vagy ismetlődő vetélések esetében végzett ondóvizsgálatokból állapították meg. A dohányzás tartalmától és mértékétől függően először az ondósejtek mozgáskepessége csökken, majd számuk a normális alá száll, végül a kóros alakú és nagyságú sejtek szaporodnak meg. Nincs okunk kételkedni abban, hogy a károsító hatás a petesejtet sem kíméli.

A szülők vércsoportkülönbségének a születendő gyermek egészségére semmi jelentősége nincs — egyes kivételes esetektől eltekintve, amikor a leendő anyánál nem megfelelő vért használtak fel vérátömlesztésre.

Minden józan gondolkodású ember egyetért azzal, hogy a gyermek világrahozatalának vannak anyagi feltételei is. Kell, hogy legyen olyan biztos jövedelem, amely a család eltartását lehetővé teszi. De súlyos tévedés azt hinni, hogy a kisgyermek luxust igényel. Nagyon sok tapasztalat bizonyítja, hogy a túlságos jólét — különösen ha elkényeztetéssel társul — előnytelenül alakítja a gyermek jellemét.

A kabarében szellemesnek tűnő „kicsi vagy kocsi?" kérdésfelvetés nem jellemző fiataljainkra, de ne tagadjuk, hogy azért vannak olyanok, akik sürgősebbnek tartják az anyagi javak beés megszerzését, mint a gyermekszülést. Azt hiszik, hogy erre akkor is ráérnek, ha majd minden együtt lesz és közben megfeledkeznek arról, hogy ahány évvel elhalasztják a szülést, annyival rövidebb ideig lesz gyermeküknek anyja és apja. Jelentősége van annak is, hogy fiatal szülők könnyebben találják meg a kapcsolatot a kisgyermekkel.

A jó házasságnak és a gondos gyermeknevelésnek egyik legfontosabb feltétele a barátságos otthon. Tulajdonképpen a lakás megszerzése és berendezése ma a legnagyobb gond, különösen a városban lakók számára. Persze a szülőkkel való együttlakás, sőt a társbérlet is lehet kellemes, harmonikus, ha az együttlakók törekszenek rá. Van annak előnye is, ha több felnőtt lakik együtt. Akkor a kisgyermek nem köti le a fiatal szülők összes szabad idejét, könnyebben jutnak szórakozáshoz, vesznek részt baráti találkozókon, több lehetőség nyílik tanulásra, továbbképzésre.

A gyermekgondozási segély bevezetésének óriási jelentősége van, nem oldotta meg azonban a magasabb képzettségűek, illetve jövedelműek gondját, mert nagy a jövedelemcsökkenés, jelentősebben esik az életszínvonal és sokszor okoz nehézséget a régi munkakörbe való visszatérés.

Mindenki szeretné, hogy gyermeke boldog felnőtté fejlődjék. Ennek alap-

feltétele, hogy a gyermek kiegyensúlyozott, örömteljes, szeretetet árasztó környezetben, röviden: boldog házasságban növekedjék. A gyermek vállalásában tehát a legdöntőbb tényező, hogy a házastársak bízzanak egymásban, házasságuk sikerességében és szilárdságában. Ennek alapja az, hogy a házasságban a szeretet és felelősségtudat érzése sohase csökkenjen.

A családtervezéshez tartozik az is, hogy tervszerűen határozzák meg a születendő gyermekek számát és érkezésük idejét. Nehéz egyetérteni egyetlen gyermek tervezésével, mert ez a rendszer rossz a szülőknek, még rosszabb azonban a megszületett gyermeknek. Az egyetlen gyermek úgy látja, úgy érzi, hogy minden miatta, érte történik, a világ körülötte forog, így a neveléstudományban nagyon járatos szülők gyermeke is önzővé válik. Ha azután az ilyen gyermek felnő és kiderül, hogy a világ mégsem körülötte forog, akkor meghasonul önmagával, szerencsétlennek érzi magát. Megszokja, hogy a szülők mindent megtesznek helyette, minden kellemetlenséget elhárítanak a feje felől, önállótlan lesz és a legkisebb nehézség súlya alatt összeroppan. Rossz a szülőnek is, mert gyermeke legenyhébb betegsége is súlyos izgalmat és szorongó félelmet okoz. A gyermek elvesztése betegség vagy baleset miatt (ha tíz van is) nehezen elviselhető csapás. Az egyetlen gyermek elvesztése azonban csaknem elviselhetetlen, különösen ha a szülők olyan korba jutottak, amikor új gyermek megszületésére már nem számíthatnak.

Pszichológusok, pedagógusok megfigyelése és megállapítása szerint az a helyes, ha a gyermekek közötti korkülönbség nem nagyobb két-három évnél. A gyermek nevelését rendkívül megkönnyíti, ha testvérében barátot is talál, ha nem kell unatkoznia sohasem, mert testvére egyben játszótársa is. A családi élet ott a legboldogabb, ahol sok gyermek kacagása, testi és szellemi fejlődése lesz a mindennapi örömök forrása.

Újabb élettani ismeretek

A nemi szervek anatómiája és a szaporodással kapcsolatos működése ma már tananyag, az erre vonatkozó újabb ismereteket olvashattuk cikkekben, könyvekben, láthattuk-hallhattuk a televízió nagy népszerűségre szert tett adásaiban. Sajátos módon a szexualitás élettanával a tudomány nem foglalkozott, pedig kiváló tudósok hívták fel a figyelmet arra, hogy ilyen ismeretek nélkül az orvostudomány nem tud tanácsot adni a házassági higiéniára, különösképpen pedig nem tudja megelőzni a szexualitásban érvényesülő egyéni és társadalmi károsodásokat.

Sokan megállapították az utolsó évtizedekben: a válásoknak, a családi nézeteltéréseknek egyik legfőbb oka, hogy a párok szexuálisan — tudatlanságuk következményeképpen — nem felelnek meg egymásnak, a szexuális ismeretek hiánya emberek millióinak életét keseríti meg.

A korábbi vizsgálatokban főleg a férfiak és nők szexualitásában mutatkozó különbségeket hangsúlyozták, az újabb vizsgálatokból kiderült, hogy sokkal jellemzőbbek a hasonlatosságok. A szexuális ingerre létrejövő változásokat négy fázisra bontották fel: 1. izgalmi szak; 2. az izgalom tetőzési szakasza; 3. a kéjérzet (orgazmus); 4. az oldódás szakasza.

Izgalmi állapot akár érzékszervi, akár pszichés ingerre keletkezhet. Ha a szexuális inger megfelel az egyén követelményeinek, akkor az izgalmi állapot gyorsan fokozódik; ha az ingerlés fizikailag vagy pszichológialag kellemetlen, vagy megszűnik, az izgalmi szak meghosszabbodik, illetve csírájában elhal. Pszichés ingerek jobban érvényesülnek a férfiaknál, a nők izgalmát főleg tapintási ingerek váltják ki.

Ha a hatásos szexuális ingerlés folytatódik, az izgalmi szak eléri tetőpontját. Ezt a szakaszt két alapvető változás jellemzi: felületes (bőr, emlő, külső nemi szervek) és mély (kismedence) bővérűség. Ennek hatására keletkezik nőnél

a bővebb (ún. izgalmi) hüvelyváladék, férfinál a merevedés; így létrejönnek azok a feltételek, amelyek lehetővé teszik a nemi szervek egyesítését. A másik változás, ha az izomzat — különösen a nemi szervek környezetében — összehúzódik. A szexuális feszültség egyre fokozódik, végül is eléri azt a maximális fokot, amely az egyént az orgazmusba viszi. Ennek a szakasznak a tartama nagymértékben függ az alkalmazott szexuális ingerektől, de az egyén vágyától, reakcióképességétől is. Akár az ingerlés, akár a vágy ösztönző ereje nem elégséges, vagy megszűnik, az egyén nem jut el a kielégüléshez, hanem az izgalmi tetőzés lassanként csökken és átmegy egy nagyon elhúzódó oldódásba.

Az orgazmus kéjérzete néhány másodpercig tart, a nemi szervek izomzatában finom összehúzódások keletkeznek, majd a vérbőség és az izomfeszültség megszűnik. Az izgalom fokozódása csúcspontján az orgazmus akaratunktól függetlenül, automatikusan, reflexszerűen jön létre, ha a szexuális ingerek természetes módon hatnak. Az izgalmat, orgazmust tehát nem lehet akarni, siettetni. A nők kéjérzetét helyileg elsősorban a csiklóra, férfiak a hímvesszőre vonatkoztatják. Az orgazmus erőssége és tartama nőknél nagyobb változatosságot mutat, mint férfiaknál. Férfiaknál az orgazmus után eltelik egy hosszabb-rövidebb idő, míg újra izgalmi állapotba kerülnek, a nők azonban az oldódási szak minden szintjén ismét ingerelhetők és képesek egymás után több orgazmus elérésére is. Ismételt orgazmus nőknél fokozott, férfiaknál csökkent gyönyörérzéssel jár. Ha az izgalmi állapot hosszan tartó, de kéjérzet nem jön létre, állandósul a bővérűség és az izomzat összehúzott állapota, ami különböző testi panaszokat okozhat (visszketés, folyás, vizelési panasz, alhasi fájdalom stb.).

Sok ellentmondó vélemény miatt, különös figyelmet fordítottak a csikló szerepének, jelentőségének vizsgálatára. Megállapították, hogy a szexuális reagálás elsődleges központja a csikló, amely a szexuális ingerek legfőbb érzékelője, átalakítója is. A csikló nagyságának, helyzetének nincs szerepe, csak rendkívül ritkán jut a hímvesszővel közvetlen érintkezésbe, de másodlagosan a nemi szerveket ért ingerek java része oda vezetődik. Évtizedeken keresztül különbséget tettek a hüvelyi és a csiklón szerzett orgazmus között. A vizsgálatok kiderítették, hogy a hüvelyi és a csiklón szerzett orgazmus nem elkülöníthető élettani tulajdonság.

Kiderült az is, hogy az izgalom fejlődésében a nő nem „lassúbb" mint a férfi. Megfelelő ingerléssel, különösen automanipulációval rendkívül gyorsan jutottak el az orgazmushoz.

A megfigyelések megcáfolták azt a nézetet is, hogy a hímvessző nagysága tükrözi a szexuális képességeket. A hímvessző nagysága nincs arányban a csontrendszerrel, vagy az általános testi fejlettséggel; a szexuális tevékenység eredményessége pedig nem függ össze a szerv nagyságával. A vizsgálatok kiterjedtek arra a gyakran olvasható megállapításra is, hogy a „gyakori és túlzásba vitt önkielégítés testi és lelki károsodást, sőt elmebetegséget okoz". Egyrészt még senki sem állapította meg, hogy hol kezdődik a túlzás, másrészt minden magömléses epizód után csökken az ondó mennyisége; az így elveszett anyag- és energiaveszteség semmivel sem nagyobb, mint amennyi az egyéb mirigyek működését terheli. Csak az okoz kárt, ha a környezet tudatlanságában az önkielégítés miatt valakit megszégyenít vagy megfélemlít, vagy ha helytelen orvosi ismertetés miatt az egyénben bűntudat, vagy félelem keletkezik. Tehát nem az önkielégítés, hanem ennek helytelen társadalmi vagy tudománytalan megítélése lehet káros.

Dr. Hirschler Imre

Gyermek a családban

Mikor a kisgyerek „papást-mamást" játszik, játék közben elképzeli, milyen is lesz az élete felnőtt korában. Elképzeléseiben a gyerekei is szerepelnek... Mikor a kamasz fiú vagy lány szülei utasításai, tilalmai ellen így csattan fel: „Én majd megengedem a fiamnak!"... „Én nem így fogom nevelni a lányomat...", tiltakozása magába foglalja a gondolatot, hogy „lesz fia, lesz lánya", akivel ugyanúgy vagy éppen másképpen fog bánni, mint a szülei bánnak vele, vagy testvéreivel. Van gyerek, aki éppen annyi gyereket „tervez", mint amennyi abban a családban van, amelyikben gyerekként él. „Nekem két fiam és egy lányom lesz" mesélte egy hétéves kislány, akinek két bátyja van.

Elvétve olyan fiatallal is lehet találkozni, aki gyerek nélkül tervezi felnőtt életét. Az ilyen elhatározás nemritkán komoly csalódás visszahatása. Másképpen akar élni felnőtt korában, mint szülei, nem akar „a család miatt" olyan törődött, fáradt vagy ideges emberré válni, mint amilyennek anyját, apját látta egész gyerekkorán át. Persze az is előfordul, hogy egy időre egyszerűen hátterbe szorul a jövőre vonatkozó tervekből a gyerek. A négy-öt éves korában még „papást-mamást" játszó óvodást tizenöt-tizennyolc évesként más tervek, célok foglalkoztatják.

Gyerekkori terveink természetesen nem véglegesek. Életünk, sorsunk alakulása erősítheti vagy csökkentheti bennünk azt az érzést, hogy szükségünk van megszületendő gyermekeinkre.

Általában előbb vagy utóbb mindenkiben megérik a vágy a gyerek után, előbb vagy utóbb mindenkiben jelentkezik az igény, hogy neki is legyenek gyerekei, bár arról, hogy mit jelent anyává válni, sokaknak csak homályos elképzelései vannak.

— Azt hittem — vallja egy sok gonddal küszködő fiatal édesanya —, hogy az anyaság olyan boldogság, amelyben az ember máris benne lubickol, mihelyt megszülte gyermekét. Sokan, amikor jövendő gyerekeikre gondolnak, egy-egy kiragadott jelenetet látnak. Maguk előtt látják, amint jövendő gyermekük édesdeden alszik: látják, ahogy nevetve odabújik, látják, amikor első lépéseit teszi; később, amikor együtt mennek kirándulni, együtt élvezik az erdő szépségeit.

A kép szétesőbb, mozaikszerű és sokszor egyoldalú. Éppen azért nem ritka, hogy a gyerek csalódást okoz.

— Nem gondoltam arra, hogy ennyi munka, törődés, odafigyelés és gond a gyerek — folytatódik az előbb idézett anya vallomása.

Jó, ha tudjuk, hogy szülővé válni, gyereket nevelni — fordulópont az ember életében, életforma-változást, belső átalakulást jelent.

A „főpróba"

Nemcsak a megismerkedésnek, az egymásra találásnak, a házasságnak is története van. Az évek során a házastársak közötti kapcsolat, életmódjuk és gondolkodásmódjuk szinte folytonosan változik. A változások a leggyakrabban a gyermek avagy a gyermekek születéséből, s az ennek következtében a családra háruló feladatokból erednek.

Az első gyermek születéséig tartó időszak tulajdonképpen a „főpróba", az összeszokás, a készülődés ideje. Ez általában rövid, átmeneti szakasz, mivel a legtöbb házasságban egy-két éven belül megszületik az első gyermek.

Ez az időszak fontos szerepet tölt be a házasságban! A házastársak megismerik egymást, kialakulhat közöttük az az összhang, ami nélkül veszélybe kerülhet összetartozásuk. A házasságok 4—5 százalékában viszont ekkor derül ki, hogy a felek nem értik meg egymást, s így a kapcsolat időben bomlik fel, még mielőtt az első gyermek megszületne.

A gyermek megszületésével a házastársak közötti viszony jelentősen megváltozik. Eddig egymással voltak elfoglalva, most megjelent a harmadik, akiről gondoskodniok kell. Elsősorban vele foglalkoznak. A feleség anyai feladatai minden egyéb kötelezettségénél fontosabbakká válnak. Anya és gyermeke között különösen erős kötődés alakul ki, s ez sok esetben átmenetileg zavarhatja a férj és a feleség közötti viszonyt is. Ebben az időszakban sokat segíthet, ha mindkét házastárs figyelmes a másikhoz, ha ébren tartják egymás iránti ér-

deklődésüket, ha problémáikat megbeszélik egymással. A házastársak tudatos törekvése szükséges annak megelőzésére is, hogy ne alakuljon ki olyan munkamegosztás ebben az időszakban, amely a háztartási feladatokat szinte kizárólag a feleségre hárítja, míg a családon kívüli ügyeket csak a férfi intézi. Ez a helyzet szintén eltávolíthatja egymástól a szülőket. Ha azonban a férj részt vállal már a kisgyerek ellátásában is, és a háztartási teendőktől se tartja magát távol, akkor nem érzi magát kirekesztettnek, felesleges harmadiknak, ezzel nemcsak feleségének, de önmagának is segít.

Egy életen át...

Amikor az anya visszamegy dolgozni, a szülőknek ismét másfajta gondjaik, teendőik támadnak, a házasság ismét uj szakaszába jut. Minthogy az anya újra munkába jár, az apának mindenképpen többet kell foglalkoznia a gyermekkel. Előfordulhat, hogy most az apa és a gyermek között fejlődik ki meghittebb kapcsolat, míg az anya számára a családon kívüli tevékenység válik egyre fontosabbá.

Az általános iskolás gyermekek gondozására, nevelésére általában már kevesebb időt kell fordítani. A család életvitelét, hétköznapjait azonban még mindig erősen befolyásolja a gyerek, akinek még ebben a korban is szüksége van a szülők közelségére, mindennapos érdeklődésére, törődésére, továbbá arra is, hogy a család minél több szabad időt töltsön el együtt, közösen.

Amikor a gyermek már elmúlt tizennégy-tizenöt éves, rendszerint egyre nagyobb önállóságra törekszik. Ha előzőleg meghitt, jó kapcsolat alakult ki közte és szülei között, önállósulása könnyebben megy végbe. Ha azonban előzőleg magányos volt, gondjaival egyedul maradt, függetlenedési törekvései durvább formákban fejeződnek ki, s ezek súlyos ellentétekhez, bonyodalmakhoz vezethetnek, amelyek a házastársak kapcsolatát is lazíthatják.

Amikor a gyermekek gazdaságilag is függetlenné válnak, ismét új szakasz kezdődik a házastársak életében. Ez a szakasz napjainkban egyre hosszabb része a házasságnak. Gyermekek a házasságnak rendszerint csak az első öt-hat évében születnek, s így mind gyakoribbá válik, hogy még csak a negyvenes éveikben járó házaspárok már útjukra bocsáthatják gyermekeiket. S ha a gyermek függetlenné válása nem hagyott hátra mélyebb sebeket, a szülő és most már önálló gyermeke, majd unokája között tartalmas, érzelmileg gazdag barátság szövődik.

A gyerek tehát megváltoztatja szülei életmódját. Minél modernebb a családi struktúra, és minél inkább tudnak a szülők egymásra támaszkodni, annál inkább megoszlik a teher, annál kevesebb gond zavarja meg azt a szinte folytonosan változó, sokféle oromot, élményt, amit a gyerekek nyújtanak szuleiknek.

Mikor érkezzen?

Nem lehet egyertelmű, mindenkire és mindenkor érvenyes választ adni erre a kérdésre.

A család tervezésénél és mérlegelésénél sok mindenre kell gondolnunk. Különböző sorsú és beállítottságú emberek számára nincs kozos recept. Helyzetunk megértéseben, dontéseinkben segítségunkre lehet, ha egyaránt tájékozottak vagyunk a várható oromoket és nehézségeket illetően.

A gyerek hosszú időre megváltoztatja szulei eletet. A mindennapos torodés az egesz gyerekkoron keresztul elengedhetetlen. Igaz, a toródes jellege és intenzitása az évek folyamán változik. Jó, ha tudjuk, hogy a legtobb torodést az első evekben igényli a gyerek.

Ha a hazaspár nagy anyagi erőpróbája, a lakás megszerzése, berendezése még hátra van, amikor a gyerek megérkezik, ez rendszerint azzal jar, hogy a fiatal szülok rendkívul nagy energiát fordítanak a lakas epitesere vagy a lakáshoz szukséges anyagiak előteremtésére. S így eppen az első években, amikor a gyereknek a legtobb figyelemre lenne szuksége, szulei vele tudnak a legkevesebbet torődni. A gyerek azonban csak azt érzi, hogy szuleinek kevés ideje van, fáradtak, masra bízzák őt, keveset, főleg kevés orommel foglalkoznak vele.

Ezért indokoltabbnak látszik bizonyos alapvető anyagi feltételek megteremtése után fogadni az első gyereket.

Természetesen mindenről nem tudunk előre gondoskodni. Előfordul, hogy anyagi igényeikről lemondani nem akaró házaspárok hosszú ideig nem szánják rá magukat a gyerekre, mert félnek kényelmük elvesztésétől, miközben maguk előtt is arra hivatkoznak, arra várnak, hogy „a kicsinek legyen meg mindene".

Számolni kell a szülők szakmai igényeivel is. A gyerek éveken keresztül eltereli vagy legalábbis megosztja a szü-

lők, elsősorban az anya figyelmét, energiáját. Nehéz megmondani, életünk melyik korszaka a legalkalmasabb a gyerek, s szakmai fejlődésünk szempontjából egyaránt.

A tanulmányok befejezése előtt érkező gyerek miatt sokszor félbe kell szakítani a tanulást, s ha sikerül is a kettőt — a gyerekkel való törődést, és a tanulást — összeegyeztetni, ezt megsínylí a gyerek is és az anya is, akire rendkívül nagy terhet ró e kettős feladat.

Közvetlenül a tanulmányok befejezése után érkező gyerek a munkába való beilleszkedést, a pályakezdést nehezíti meg az anya számára.

A gyerek érkezésének tervezésénél fontos mérlegelni azt is, hogy milyen segítségre számíthat a leendő anya. Ha az apa részt vállal az új feladatok ellátásában, úgy könnyebben dönthet a szülés mellett.

A leendő nagyszülőkkel való együtt-, illetve különélés is befolyásolja a család alakulását. A fiatalok számára sok előnyt jelenthet a szülők jelenléte, akik rendszerint részt vesznek a gyerek felügyeletében és ellátásában.

E résztvállalás szinte pótolhatatlan segítséget jelent, különösen akkor, ha a nagyszülők nem veszik át teljesen a gyerek ellátásának gondját, s a szülők nem próbálják áthárítani a gyerek ellátását, nevelését a nagyszülőkre. Ha a kisgyerek teljesen a nagyszülőkre van bízva, a szülők mentesülnek ugyan a mindennapi törődés gondjaitól, de távol kerülnek saját gyereküktől, s ez az első években a gyerek és a szülő számára egyaránt veszélyes.

A nagyszülőkkel való együttélés nemcsak segítséget jelenthet. A szülői házhoz igazodás számos feszültség, súrlódás forrása is lehet. A gyerekről, a gyermek neveléséről, a lakáson belüli együttélési szabályokról alkotott elképzelések különbözősége elkeseredett viták, veszekedések forrásává válhat, s ez megnehezíti a család életét.

Vajon milyen életkorban a legjobb szülővé válni?

A 19—20 éves fiatal szülők általában derűsebbek, könnyedébbek, játékosabbak, mint az idősebb szülők. A gyerekek és szüleik közötti távolság kisebb, mint a később született gyerekeknél. Különösen a kamaszodó, a felnőttekkel újfajta kapcsolatot kereső fiatal számára öröm, ha szülei még fiatalok. Így könnyebben megértik őt, s ő sem érzi olyan távolinak, követhetetlennek szülei életvitelét, gondolkozásmódját. A közös hobby, szórakozás és sportolás lehetősége is nagyobb a fiatal szülők és gyerekeik számára.

A korán szülővé lett pár fiatal lesz akkor is, mikor a gyerekek már önállósodnak, és nem igénylik az egész életmódot befolyásoló törődést. Igaz viszont, hogy fiatalságuk, kötetlen életmódjuk időszaka rövidebb.

A fiatal házasoknál gyakoribb, hogy a szülői szerep felkészületlenül éri őket. Hajlamosabbak a könnyelműségre, felelőtlenségre. Úgy érzik, rövid ideig tartott kötetlen, fiatalos életük, szeretnének még úgy élni, mintha a gyerek nem érkezett volna meg.

A később érkező első gyereket viszont rendszerint hosszú várakozás, vágyakozás előzi meg. Érkezése valóságos ünnep. A készülődés után a gyerek felé fordulás nem teher, a vele való törődés rendszerint intenzívebb. Igaz, hogy minél idősebbek a szülők, talán annál hajlamosabbak a túl féltő, túl óvó magatartásra.

Nincs tehát recept, de egy közös igazság mégis van. Azok a szülők a szerencsésebbek, akiknek akkor születtek a gyerekeik, amikor már maguknak is szükségük volt rájuk, amikor már előre tudtak örülni a megszületendő gyerekeknek.

Vizsgálatok igazolják, hogy a várt gyereknek a kihordása is könnyebb, s több örömet is ígér. Furcsa módon, a nem várt, a „felesleges", a „minek jöttél" gyerek rendszerint rengeteg áldozatot kíván. Sok gondot okoz azzal, hogy beteges, hogy nehéz gondoskodni a felügyeletéről, hogy nem olyan, mint amilyennek szülei szeretnék.

Az is igaz, hogy a szülői szerepre még nem teljesen érett fiatalokat a gyerek is neveli, alakítja. Sok esetben a gyerekkel kapcsolatos feladatok, gondok, örömök alakítják szülővé azt is, aki eddig el sem tudta volna magát ebben a szerepben képzelni.

Az elmondottakból következik, hogy vétek felelőtlenül, elsietve gyerekeket szülni. S bár az emberré válás, a felnőtt kori emberi fejlődés gyerek nélkül szinte elképzelhetetlen, mégis veszélyes elsietni.

Az együttlét érlel szülővé

Fontos tudnunk, hogy a kisgyermeknek nem egyszerűen arra van szüksége, hogy valaki gondoskodjon róla, neki anyja törődésére, szülei gondoskodására van elsősorban szüksége. Akkor szülessenek meg gyermekeink, mikor képesek vagyunk megadni nekik a számukra szükséges törődést.

A gyerek egészséges, érzelmi, értelmi szociális fejlődésének legfontosabb feltétele szüleihez fűződő kapcsolatának szilárdsága, meghittsége. Ha a kisded élete első éveiben szüleitől távol nevelkedik, nem ismerik meg egymás szokásait, arckifejezéseit, nem alakul ki közte és szülei között az a sajátságos jelrendszer, melyet a kívülálló általában nem ért, esetleg nem is vesz észre; nincsenek közös emlékeik, hagyományaik.

Minél később kezdődik az együttélés, annál nehezebb az összeszokás, annál nehezebben válik a kapcsolat intimmé, személyessé. A gyerek már mást vagy másokat szokott meg, már máshol érzi magát otthon, a szülők sokszor bizonytalanok, könnyen féltékennyé válnak a gyerek múltjára.

Minél fiatalabb a kisgyerek, annál veszélyesebb, annál súlyosabb következményekkel jár, ha hosszabb időre távol kerül szüleitől, még akkor is, ha ez látszólag nem okoz megrázkódtatást, ha azt a benyomást kelti, hogy még kicsi, még nem veszi észre. A kár a gyerek és szülei közt szövődő, sokszor szavakban ki sem fejezhető, egymás megismerésén, megértésén alapuló, egyre gazdagodó kapcsolat megzavarásában nyilvánul meg.

A korai elválás veszélyei ma még, sajnos, nem eléggé közismertek. Sokszor még a közvélemény sem várja el a szülőktől, hogy gyerekük mellett maradjanak, mintha az anya, az apa helyettesíthető volna bárki mással, aki kedves a gyerekkel, eteti, öltözteti. Az alig 4—5 hónapos vagy 8—9 hónapos gyereket hónapokra a nagymamához adják, mert így egyszerűbb. Nem ritka, hogy kisgyerekes szülők hosszabb időre nyaralni mennek, külföldre utaznak kisgyermekeik nélkül.

Aki másra bízza gyermeke gondozását, nevelését, nemcsak gyermekét fosztja meg a szülői törődéstől, önmagát is megfosztja a felnőtt élet egyik legtartalmasabb, legváltozatosabb és leggazdagabb élmény- és érzésvilágától.

A gyerekről való gondoskodás, a gyerekkel való együttélés érlel szülővé.

Miközben az anya vagy az apa öltözteti, fürdeti, táplálja, új ízekkel ismerteti meg gyermekét, játszik vele, mesél neki, naponta alkalma van látni fejlődésének legapróbb jeleit is; örül a sikernek, közös szokásaik alakulnak ki — ezek első közös emlékeik. Közben nehézségeket is le kellett küzdeni, sok aggodalmat éltek át együtt, hisz nem mindig viselkedett úgy a gyerek, ahogy várták. Például sírt, pedig látszólag semmi baja nem volt; fintorgott, pedig éhes, finom étellel kínálták és így tovább. Az átélt kisebb-nagyobb aggodalmak és aggodalmat feloldó megnyugvások mind szorosabbá, intimebbé teszik a szülők kapcsolatát gyermekükkel.

Közben már az újszülött, a csecsemő is kezdi megszokni, megismerni szülei kezének mozdulatait, hangját, arcát — megnyugszik anyja, majd apja hangja hallatára, mosolyog rájuk; ha bánata van, nekik sír, nekik panaszkodik; ha örül, hozzájuk fut örömében, közelségüket, jelenlétüket igényli: ha szülei távol voltak, visszatértük után örömmel fut eléjük, átkarolja őket — a gyermek kedvessége, szeretetének megnyilvánulása, igénye a szülői védelemre, ismét megerősíti ezt a kapcsolatot.

Így szövődik az együttlétek, a közös élmények során a kapcsolat egyre személyesebbé, egymásnak egyre többet jelentővé. Mind a gyermek fejlődése, mind az anyává, apává érés szempontjából rendkívül fontos tehát, hogy éppen a születést követő években legyen kedvünk, időnk és türelmünk gyermekeinkkel foglalkozni.

Tardos Anna

Télen és nyáron, ősszel és tavasszal utazzék a VOLÁN TOURIST -tal

KÜL- ÉS BELFÖLDI TÁRSASUTAZÁSOK
(gyermekek és nyugdíjasok részére kedvezmény).

VOLÁNTOURIST UTAZÁSI IRODÁK

Bp. V., Október 6. utca 13.	tel.:	123-410
Bp. III., Harrel Pál utca 18.	tel.:	884-302
Bp. VI., Lenin krt. 96.	tel.:	314-902
Bp. IX., Üllői u. 21.	tel.:	180-574
Bp. V., Bajcsy-Zsilinszky u. 16.	tel.:	172-150
Bp. Déli pu. (főpénztárak alatt)	tel.:	884-120
Bp. XIII., Pozsonyi u. 10.	tel.:	120-269
Miskolc, Korvin Ottó út 13.	tel.:	17-400
Győr, Árpád u. 51/b.	tel.:	13-237

Valamint vidéken a megyei Volán utazási irodák!

VOLÁNTOURIST HOTEL — ESZTERGOM
Szobafoglalás: 2500 Esztergom, József Attila tér 2.
Telefon: Esztergom 271.

VOLÁNTOURIST BUNGALOW-PARK — BALATONFENYVES
Balatonfenyves, Hámán Kató u. 12. Tel.: 129.

A Balaton déli partján Balatonföldvártól lefelé irányban I. és II. osztályú fizetővendég-szobák, és önálló villák igény szerint.

Várják Önt a Volántourist utazási irodák!

...Vegyen inkább kölcsön!

Bizonyára ismeri az Iparcikk Kölcsönző és Szolgáltató Vállalatot és tudja, hogy milyen előnyös feltételek mellett lehet boltjainkban eszközöket bérelni.

Nőknek ajánljuk

Eszköz megnevezése	Bérleti díj Ft-ban napi	havi
Mosógép	20,—	
Centrifuga	30,—	
Porszívó	10,—	
Neumann varrógép	15—30,—	180—270,—
Személymérleg	—	25— 30,—
Mélykocsi	—	40—100,—
Sportkocsi	—	45— 80,—
Iker mély- és sportkocsi	—	150,—
Kombinált kocsi	—	80,—
Mózeskosár	—	25,—
Csecsemőmérleg	—	25— 40,—
Gyermekágy	—	25— 40,—
Bölcső	—	20— 40,—
Járóka	—	10— 25,—
Kvarclámpa	—	110,—

A bérelhető eszközökről, a bérleti feltételekről részletes felvilágosítást ad

Budapesten: a Bérlőszolgálat.
Bp. VI., Bajcsy-Zs. u. 3.
Telefon: 426-748.

Vidéken: a helyi kölcsönzőbolt.

A Pamuttextilművek

a hazai pamutipar egyik legnagyobb tarkánszövő vállalata. Teljes vertikummal rendelkezik, tehát a fonalgyártástól az egyes termékek (ágynemű, asztalnemű, konyharuha, frottírtörölköző stb.) konfekcionálásáig bezárólag szállít a kereskedelem részére.

Termékeinek 60—65 százaléka kerül belföldi értékesítésre, szolgálva ezzel a hazai igények mind szélesebb körű kielégítését. Egyes legkedveltebb termékeivel — mint pl. a cord, a duvetin, a frottir — profilgazdakent jelentkezik a hazai piacon. Szabadidő-ruházati termékei, a mintás farmer, a nyomott cord igen közkedveltek a fiatalabb korosztály körében.

A választék bővitését, a belföldi igények jobb kielégítését volt hivatott szolgálni az ez évben befejeződő mintegy 600 millió forintos rekonstrukció is. Ennek keretében fejlesztette ki a vállalat gyártmányfejlesztése az 1979-ben BNV nagydíjat nyert rugalmas cordtermékét, mellyel ez évben jelenik meg a hazai piacon.

Igen közkedveltek a vásárlók körében a tarkánszött pamut-poliesterből készült gyapjú típusú női ruhaszövetek, melyek a legtetszetősebb divatszínekben készülnek, egyszerű kezelhetőségükkel hamar megnyerték a vásárlók tetszését.

PAMUTTEXTILMŰVEK · PATEX · BUDAPEST

Sikeres termékeit — a konfekcionáló vállalatokkal megállapodva — a márkajelzéssel hozzák forgalomba, pl. Juno nadrág, HOBO készruha stb.

A PATEX márkajellel ellátott termékek damaszt abroszok, hímzett szalvéták, jacquard frottir törülközők, tarkánszőtt ágyneműgarnitúrák minden háztartás büszkeségére válnak.

Keresse Ön is és vásárolja továbbra is bizalommal a PATEX korszerű termékeit!

Ruha TISZTÍTÓ SZÖVETKEZET

Az év minden szakában a lakosság szolgálatában!

Szolgáltatások:

— vegytisztítás,
— festés,
— fehérneműmosás, -vasalás,
— szalon rendszerű mosás, vasalás (egyedi gépeken megmunkálva),
— függönytisztítás,
— szőnyegtisztítás, -javítás,
— betétdíj nélküli csereágynemű.

Kívánságára rövid határidőkkel is!

Címjegyzék a közölt telefonokról a IV. 219. oldalon.

Vegye igénybe az expressz szalonok szolgáltatásait is!

Vegytisztító szalonok:

III., Flórián tér 6—9. (Üzletközpont)
VII., Majakovszkij u. 15.
XI., Schönherz Z. u. 8—10. (Skála)
XIV., Erzsébet királyné út 30/a.
XV., Hevesi Gyula u. 6.
XIX., Vöröshadsereg út 93—95.

Mosószalonok:

III., Zápor u. 69.
IV., Berda József u. 48.
X., Gépmadár u. 2—8.
XV., Frankovics M. u. 57—63.
XIX., Vöröshadsereg u. 93—95.

A hiúság történetéből

Őskori, ókori divatok

Az előnyös megjelenésre törekvés egyidős az emberiség történetével. Már az őskorból maradtak ránk olyan ábrázolások, amelyek a test díszítésére, festésére, ékszerek viselésére engednek következtetni. Az ember külsejének alakítására számtalan módot eszelt ki; e mesterségeknek vagy mesterkedéseknek koronkénti változása jelenti a divatot.

Kezdetben az ember az elejtett állatok bőrét öltötte magára, így védekezett az időjárás viszontagságai ellen, ugyanakkor a gyakorlati kényszer mellett igen hamar rájött arra, hogy az öltözködéssel önmagát kívánatosabbá teheti társai és elsősorban a másik nem tagjai előtt.

Egyiptomi viselet falfestményről

Kleopátra frizurája

Az ókori Egyiptom földjéről ránk maradt ábrázolások szerint a kor embere praktikusan és finom eleganciával öltözködött. Az emberek többségükben jó alakúak, kecsesek voltak, legalábbis így ábrázolták őket. Az éghajlatnak megfelelően kevés ruhadarab volt rajtuk, könnyű, finom gyapotból, vagy lenből készült kelmét viseltek. Tudjuk, hogy Egyiptomban a reggeli és az esti hőmérséklet eléggé hűvös, így nehezen képzelhető el, hogy valamilyen köpenyszerű felsőruhájuk ne lett volna, de ezt a ruhadarabot a képzőművészeti alkotásokon nem tartották fontosnak megörökíteni. A férfiak kis köténytet viseltek, ami fölé társadalmi helyzetüknek megfelelően inget és kerek gallért öltöttek. A nők ruhája hosszú, testhez simuló, áttetsző anyagból készült és rendkívül elegáns megjelenést biztosított. A ruhákat gyakran hímzésekkel, övekkel és gallérral díszítették, megjelenésüket ékszerekkel tették pompázatosabbá. Gyűrűket, kar- és lábpereceket minden társadalmi réteg asszonyai — sőt gyakran a férfiak is — viseltek, arany és más nemesfémből készült ékszereik között rendkívül finom megmunkálású, a kor ötvösművészetének magas fejlettségét bizonyító darabokat találunk. Hajuk, a közismert egyiptomi — nálunk tévesen Kleopátra-frizurának nevezett —, egye-

nesre vágott frufrus fekete hajkorona legtöbbször paróka volt. Múmialeletek mutatják, hogy hajukat rövidre vágták, napközbeni viseletre vendéghajat hordtak. (Mellesleg megemlítjük, hogy Kleopátra frizurája hiteles ábrázolások alapján hullámos, konytba fésült haj volt, a királynő makedón származásának megfelelően.)

A nők és férfiak többnyire mezítláb jártak vagy bőrsarut viseltek. Igen nagy gondot fordítottak a kozmetikára, kezdetben egészségügyi okokból — trachoma ellen — festették szemüket, de bizonyára szerepet játszott az árnyékolt, hosszúkás szemfestés divatjában az is, hogy arckifejezésük ezáltal sejtelmesebbé, érzékibbé változott. A nők feketével húzták ki szemöldöküket, meghosszabbítva a halánték irányában, szemhéjukat zölddel árnyékolták. Kéz- és lábkörmüket narancs-vörös hennával festették. Az egyiptomi nő nem tartotta szükségesnek, hogy keblét elfedje, még az Újbirodalom korában divatossá váló ruhadarab, kalaszirisz egy változata is vállpántos szoknyaféle volt. Ez az újfajta ruhadarab a férfiak viseletében is helyet kapott, ujjas és ujj nélküli változatát egyaránt hordták. Az uralkodók és feleségeik ünnepi alkalmakkor gazdagon díszített fejéket, koronákat viseltek, rajta a fáraói hatalom szimbólumaival, a sólyom és ureuszkígyó aranyból megmunkált figurájával. Az egyiptomiak különféle illatos olajokkal kenték egész testüket, ez számukra annyira fontos volt, hogy a szegények panaszaikban egyszerre emlegetik: „nincs kenyerünk és nincs kenőcsünk testünk ápolására".

Mezopotámiában az egyiptomi kalaszirishez hasonló inget, a magasabb rangúak rojtos vállkendőt is viseltek. Az ábrázolásokon úgy tűnik, hogy itt a gyapjúnak az öltözködésben nagyobb szerep jutott, ami a juhtenyésztés terjedésével magyarázható. Hajuk — és a férfiak szakálluk — ápolására igen nagy gondot fordítottak. A nők ékszereit már a korai sumér kultúrában is káprázatosan kidolgozták, csodálatos diadémiáikat néhány éve a iraki múzeum budapesti kiállításán sok ezren megtekintették.

Az Akropolisz leányalakjai

Az ókori görög kultúra gyökerei ma már közismerten a kréta-mykenei kultúra népeinek civilizációjában keresendők. A korszak lelőhelyeinek feltárásánál a mindennapi élet, így az öltözködés és a divat emlékei is szép számmal előkerültek. A kultúra ránk maradt emlékei egy életvidám, a földi örömöket nagyon is kedvelő ember életszemléletét mutatják. A női viselet, a frizura és a kozmetika kifinomult ízlésre utal. A kultúra legismertebb darabjai, az úgynevezett kígyós istennő szobrocskáján ujjas, a keblet szabadon hagyó mellényke, karcsú derekú, fodros szoknya és kis ovális köteny ke látható. A falfestményeken hasonló módon öltözött hölgyeket láthatunk, akik aprólékos gonddal készített frizurát hordanak, arcuk kikészítve, kozmetikázva oly annyira, hogy

Két szolgálólány asszonyát ékesíti, egyiptomi sírból származó színes stukkó (i. e. 1450—1420)

Krétai kígyós istennő

az egyik lelet eleganciája miatt „A párisi nő" nevet kapta a régészeti kutatásban.

A klasszikus görög korban az embereszménynek megfelelően („ép testben ép lélek"), a művelődés mellett, az előnyös és természetes megjelenésre nagy gondot fordítottak. Az ókor ruhái jellegzetes lepelszerűségükkel az öltözködést egyénivé és variálhatóvá, ugyanakkor elegánssá tették az emberi test szépségének kihangsúlyozásával. A legősibb görög női viselet a peplosz volt, melynek talán legszebb megjelenítése az athéni Akropolisz leányalakjai, a koré szobrok. A későbbi időkben férfiak és nők egyaránt inget, khitont viseltek, ami fölé utcára és hideg időben himationnak nevezett köpenyt hordtak. A ruhákat festették, a fehér mellett kedvelték a lila, a bíbor és a sárga színeket. A sáfránysárga az ünnepélyes megjelenés színe volt.

Minthogy a görög ruhák szabás nélkül készültek, egyéniséget a redők művészi elrendezésével értek el. Igen nagy gondot fordítottak a frizura ápoltságára. Tükrök, fésűk, szépítőszerek tégelyei nagy számban maradtak ránk, szemléletesen illusztrálva, hogy a görög nő sokat adott a kozmetika nyújtotta lehetőségekre.

Nőies nődivat a férfias Rómában

A római birodalom ősi földjén férfiak, nők egyaránt gyapjúinget, tunikát hordtak. A férfiak felsőruhaként, ünnepélyes tógát öltöttek, ez nemzeti viseletük, a szabad római polgár jelképévé is vált, alatta alsóruhaként ágyékkötőt (subligart) viseltek, ez utóbbi egyben a rabszolgák állandó munkaruhája is volt.

A római nő felsőruhája a stóla, gyakran uszályos és ujjas, néha övet is kötöttek hozzá. A római matróna viseletéhez tartozott az előbbinél kisebb és könnyebb ruhadarab, a palla. A frizurára mindig nagy gondot fordítottak, korszakonként ez annyira különböző volt, hogy ennek alapján az előkerült képzőművészeti alkotásokat megközelítően pontos évszámhoz tudjuk kötni. Ahogy nálunk a filmcsillagok hajviseletét, úgy a római birodalomban a császárnék frizuráját utánozták.

III. sz.-i kontyos hajviselet

Római nő bikiniben, mozaikról

A római birodalom óriási méretei és sok nemzetisége következtében természetesen érvényesültek a különböző tartományok népi viseleti elemei. Pannónia tartomány (megközelítőleg a Dunántúl római kori elnevezése) emlékanyagából is sok ilyen népi hagyomány megőrzését látjuk a sírkövek ábrázolásain, illetve a temetők leletei között. A kelta eredetű őslakosság asszonyai még a római hódítás után is csaknem 100 évvel megőrizték hagyományos viseletüket, az ábrázolásokon ilyen színekben pompáznak, míg a férfiak igen hamar átvették a római polgárok jellegzetes viseletét. Érdekes megfigyelni, hogy az elhunyt nőalakok életkora és az új divat követése között napjainkra is jellemző kapcsolat állt fenn, míg a 30 év körüli nők (életkoruk a sírköveken fel van tüntetve) a legújabb divat szerint öltözködtek, addig az 50-esek inkább hagyományos viseletükhöz ragaszkodtak.

Római kori temetőinkben igen sok ékszer, karperec, fülbevaló, ékszeres ládika, kozmetikai szerek üvegcséi és tégelyei kerültek elő, az ilyen jellegű leletanyag számbeli növekedése azt mutatja, hogy mire a római kultúra nálunk is elérte fénykorát, a társadalom értékítélete szerint itt is a nőies nő divatja érvényesült.

Dr. Pető Mária

A szigorú középkorban

A középkorban szigorúan megszabták, milyen ruhát viselhetett a paraszt vagy egy polgár, pontosabban inkább arra tértek ki a rendeletek, hogy mit nem viselhettek. Íme egy példa a sok közül — ahogy a Villani-krónika leírja: *„1330 április elsején, mivelhogy Firenze női nagyon is túlzásba vitték a felesleges koszorú s arany-, ezüst-, gyöngy- s drágakő-füzérek, gyöngyös fejkötők s fonatok... használatát, hasonlóképpen a különböző sokféle szövetek és selyemmel áttört kelmék, a szegélyek és gyöngyök, s 4 vagy 6 sűrű sor aranyozott ezüst gomb, gyöngyös csatok s a mellükre aggatott, különféle jegyekkel s betűkkel ellátott drágakövek használatát... igen szigorú rendszabályokat hoztak, hogy egyetlen nő se viselhessen semmiféle koszorút, sem arany, sem ezüst, sem gyöngy, sem selyem füzért... sem fejkötőt sem semmiféle fonatot, csakis egészen egyszerűt, továbbá semmiféle kivágott, sem bármilyen alakkal kifestett ruhát, kivéve ha belé van szőve, sem csikozott, vagy kockás öltözetet, hanem csakis egyszerű, két színre osztott öltönyt; semmiféle arany, ezüst vagy selyem szegélyt... kettőnél több gyűrűt is tilos volt az ujjon viselni, épp így 12 ezüst pántosnál nagyobb övet; elrendelték, hogy attól fogva egyetlen nő se öltözhessen bár-*

Ifjú pár. A férfi ruhájának két oldala — sajátos divatízlés — különböző színű. Német festmény 1470-ből

sonyba... a férfiaknak is eltiltották mindenféle dísz, ezüst, öv, tafota vagy selyem zeke viselését...”

— A szépen még a rongy is szépen áll — tartja a régi magyar mondás, ami ugyan aligha vigasztalta a rongyosokat. A nyomorgó paraszt alakját hűen festi le egy XIV. századi angol költemény:

„Hogy mentem az úton, facsart a fájdalom, egy szegényt láttam én, ekéjéhez tapadt, dolmánya, ujjasa legdurvább gyapjú volt, süvege tiszta lyuk, kilógott a haja. Tiporta a sarat és lábujja kibújt nyűtt bakancsából, amely formátlan holmi volt, nadrágja mint cafat, csüngött a térd körül, fröcskölte őt a sár, s ment az eke után. Két nagy idomtalan, ujjatlan kesztyűje trágyától koszos és alig fedi kezét, fedetlen karjait könyékig kente sár...”

Túlságosan leegyszerűsítenénk a valóságot, ha minden jobbágyot rongyokban tengődőnek képzelnénk el. A gazdagabbak s a nem kisszámú „középréteg” viszonylagos jómódban élt. Nemcsak a darócnak nevezett durva hazai gyapjúposztóból, hanem finomabb külföldi posztóból készült ruhákat is hordtak. A legfontosabb ruhadarab a köntösszerű pallium, a hosszú felsőruha volt. Soksok panaszos oklevél tudósít arról, hogy az úton járó jobbágyot megfosztották ilyen ruhájától. A gazdagabb jobbágyok süveget viseltek, övet és ujjas mellényt is. A szegényebbek jellemző viselete Erdélyben a zeke és a cserge. A gazdasági cselédeknek a földesúr csak darócból készült ruhát adott, harisnya nevű nadrágot viseltek, meg bocskort, illetve sarut. Felső kabát a bőrsuba volt.

A ruha rejtse a testet

Sok hitvány ember — öltözete révén — előkelőnek, s egyszersmind tisztességesnek tünteti föl magát. Lássuk tehát, hogyan változik a középkor századaiban az előkelők öltözete: római hagyományként viselték az előkelők a középkor hajnalán hosszú, méltóságteljes öltözéküket, ami formája és szabása miatt fizikai munkához már eleve alkalmatlan volt; míg a dolgozó emberek jellemzője a rövid ruha, latin nevén tunika volt. Az első évezred fordulója táján a ruha a családi otthonban készült, asszonyok fonták, szőtték, varrták mind a saját, mind a család többi tagjának ruháját. Főúri családok asszonyai készítették a díszes egyházi ruhákat. Első királyunk felesége, Gizella készítette udvarának asszonyaival a székesfehérvári egyháznak szánt miseruhát, amelyet később koronázó palásttá alakítottak. A köpenyszerű felsőruha ekkoriban az előkelők kiváltsága volt. A főúrnak — ha királya színe elé lépett — le kellett vetnie köpenyét, ami —, s ez nem lehetett lényegtelen — lehetetlenné tette, hogy ruhájában fegyvert rejtsen el. A felső- és alsóruha szabásában a mai inghez, zubbonyhoz volt hasonló. A XI. század közepén általában térdig ért az alsó- és felsőruha, csak a legelőkelőbbeké földig, majd egy évszázad múlva az uralkodó osztályon belül általánossá vált a földig érő köntös. Keskeny öv szorította össze derékban a ruhát. 1200 után általánossá vált az ing viselése. Az alsótestet harisnyanadrág fedte, amelynek alakja az inggel fordítottan arányos: ahogy nő az ing hossza, úgy zsugorodik — s válik végül — alsónadrággá a harisnyanadrág. A cipő meghosszabbodik, bokán felül ér, a csizmát belső oldalán fűzték. A fejet legfennebb kis kerek sapka, vagy utazáskor csuklya fedi. Átalakul a férfiak díszes öltözéke. A gyűrűs páncélt

Mecklenburgi Katalin hercegnő pompás fejékkel, arannyal átszőtt ruhában, nyakában többsoros gyöngy, ékkövek. Lucas Cranach festménye 1514-ből

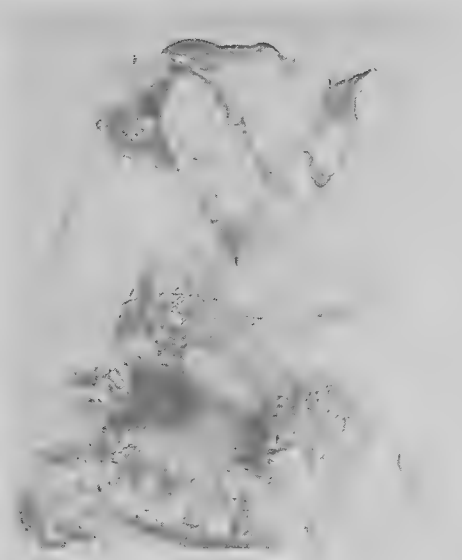
a századok során a merev, kovácsolt, díszes lapokból álló nehézpáncél váltja föl, amelyet a lovag csak segítséggel tudott magára ölteni, s míg föl nem tették — emelők segítségével — a lóra, mozgásképtelen volt.

A nők ruhája a férfiakéval azonos ebben a korban. Az ingszerű alsóruha övvel átfogva otthonkának (házi- és munkaruha) használatos. A XII. századtól a nők középen választják el hajukat, s hosszú varkocsba fonják, mellükre lógatva; ez az asszonyok viselete. A fiatal lányok hosszú, kibontott haját csak a beletűzött fésű díszíti. A XIII. századtól a férjes asszony fókötőt visel, amely részben takarja a homlokot, a vállat és a hátat. A ruha célja, hogy minél többet elrejtsen a női testből, az arcon és a kézfejeken kívül semmi sem látható. Egy 1200-ból származó előírás szerint: *„A hajadon süsse le szemét és ne tekintgessen mohón jobbra-balra. Ha megnéz valamit, lassan járassa végig rajta tekintetét, ne túl hosszan, és nem is sietve. Közben pedig fejét ne mozdítsa. Az utcán rejtse köpenye ujjába kezét, és aprókat lépjen, köntösét pedig fogja fel, ne vonszolja a sárban. Ha ül, lábait ne tegye keresztbe."*

A gótika korában a ruha készítése már a szabó mestersége. Forradalmasítja az öltözködést a gomb alkalmazása; ez háttérbe szorítja a régi ékességet, a pompás csatot. A ruha szűkül, a csípőn, majd derékon övvel fogja össze, a nadrágban a láb teljes hosszúságban láthatóvá válik. A XV. században a férfiaknál a nadrág feszesen a lábhoz simul, leplezetlenül mutatva a formákat. A ruha ujja szűkül, a nyakkivágás mélyül, s kilátszik az ing; ez máig jellemzője a férfiviseletnek. A födetlen fő 1300 után a múlté. Eleinte a csuklya viselete, általános, majd turbánféle fejfedő s különféle sapkák, mint az olaszos capucció (a budavári gótikus szoborlelet egyik lovagjának fején is látszik), kerek keménykalapok.

Alakul a ruha, alakul a testtartás is

A női ruha is átalakul. vállról derékig követi a test vonalát. Feszes a derék, dús redőzetű a szoknya. A homlokpánt és az állkötő kendő sokáig takarja az arc egy részét, majd csak a reneszánsz mutatja meg teljes szépségében a női arcot. Az ideál szőke hajú, fehér bőrű, telt alakú. A lábbeliviselet is átalakul a XIII—XV. században. Hosszú ideig a hosszú, csőrös — hegyes orrú — lábbeli a divat, ezzel is megkülönböztetve a főrangúakat, akiknek keskenyebb a lábuk, a szegényebbektől, akiknek a lába a mezítláb járás következtében széles. A szűk lábbeli hozzájárul a lábfej deformálódásához, csak a reneszánsz tér vissza az egészséges, természetes lábformához. Átalakul a testtartás is. A gótikus festmények jól példázzák, hogy a férfiak jellegzetes tartása a hátra feszített váll, a kidüllesztett mell, s a be-



Hiú nő. Fiatal lány profilja. Urs Graf tollrajza 1518-ból

húzott has. A csapott vállúnak ábrázolt nők testtartása S betűre emlékeztetett: fejüket lehajtják, hasukat kidüllesztik. A reneszánszban s az azt követő századokban alakul ki a maihoz hasonló testtartás.

Szép kívül, de ördög belül. Ez a régi magyar közmondás azt jelzi, hogy a külső, a díszes ruha sok mindent, gyakran a lényeget takarja. A reneszánsz és a későbbi századok viselete minden eddiginél díszesebb, színpompásabb. Férfiaknál gyakori, hogy a nadrág két szárának színe nem egyező, hanem egymásnak kiegészítő színei. Arannyal átszőtt selymekben, fehér atlaszban, vörös bársonyban pompáznak a főúri és királyi udvarokban; az előkelő polgárok is bársonyba öltöznek. Máig megmaradt ebből a korból élő műemlékként a pápai testőrök — állítólag Michelangelo tervei szerint készült — egyenruhája. A díszes fejfedőt páva- és darutollak, majd structollak ékítik. A férfiak ruhája testhez simuló, könnyed mozgásra alkalmas, míg a női ruha merev, abroncs-, illetve hordószoknya, sok alsószoknya, díszes gallér, amely olykor igencsak terjedelmes (malomkerékgallér), s úgy tűnik, mintha tenyérre helyezték volna a női fejeket.

A középkorban időről időre változik a férfiak szakáll- és bajuszviselete is. A XIV. században kis szakáll (kecskeszakáll) és bajusz, szakáll nélkül a divat. A század elején — a Képes Krónika tanúsága szerint — a csupasz arc a „módi", akárcsak 1500 körül. A haj általában vállig ér. A XVI—XVII. században hosszabbodik a szakáll, divat a pörge bajusz. Jellegzetes a kétágú szakáll, ami nem újdonság, hiszen Zsigmond király — a XV. század első felében — is ilyet viselt.

A nők merev testtartásának magyarázata — amely a korabeli ábrázolásokon szembetűnő —, a fűző terjedése, amely deformálja a női alakot. Széles csípő, darázsderék, a mell felnyomódik.

„Megferedni őneki idegen vala . . ."

Ejtsünk tehát szót a testápolásról is. A legalapvetőbb a mosdás. A szentéletű emberek, a szerzetesek és apácák aszkézisének egyik kedvelt formája a mosdás teljes vagy részleges mellőzése. A példáért nem kell „messzire mennünk. IV. Béla királyunk leánya, a margitszigeti apácakolostor lakója, Margit, a középkori leírás szerint tartózkodott a tisztálkodástól: *„Megferedni őneki idegen vala . . . vagy az ő lábait megmosni*

Rongyos vándor. Részlet Hieronymus Bosch „A tékozló fiú" c. festményéről

bokáinak fölötte, az ő szemérmességének, tiszta szüzességének miatta, — ez őneki mindenestül idegen vala. Tizennyolc esztendeig... soha az ő testét meg nem feresztette, akár mely nehéz kórságok után is, kiket gyakorta szenved vala." Ne higgyük azért, hogy az efféle „higiénia" általános. A középkor egyik kedvelt foglalatossága a fürdés: voltak — ha nem is nagy számban — nyilvános fürdők is. Többnyire dézsákban fürödtek, vagy mozgatható kádban. A vizet rózsaszirmokkal vagy más módon illatosították, szappant is használtak. A test és az otthon, illetve a lakóhely környékének tisztasága felől azonban ne legyenek illúzióink, hiszen a gyakori járványok, melyek egész országrészek lakosságát tizedelték meg — főleg a rettegett pestis — azt jelzik, hogy a tisztálkodást, a tisztaságot aligha vitték túlzásba.

A középkor embere — férfi és nő egyaránt — általában meztelenül aludt, csak a XVI—XVII. században válik általánossá a hálóruha és a hálóköpeny.

A nyilvános fürdők megszüntek, a veszedelmesen terjedő nemibetegségek eliriasztották tőlük az embereket. A háborúk, s a katonák voltak a járványok fő hordozói.

Igaz, az előkelők gondosan ápolták fogukat és körmüket is. Fogápolásra fogport használtak. A körmöt vágták és fényesítették. A kezükre különösen ügyeltek a nők. Voltak, akik éjszakára is kesztyűt húztak. A hajápolás a nőknél valóságos szertartás volt, a mosás és szárogatás olykor fél-, egy napig is eltartott. Nemcsak a nők, hanem gyakran a férfiak is festették a hajukat. Elsősorban a szőkítés volt szokásos. A szőke hajhoz fehér bőr tartozott. Az előkelőket az ápolt, finom, fehér arcbőr, a kis, keskeny láb, a puha, finom kéz különböztette meg a kézművesektől és a parasztoktól. A természetes, napbarnított színt nem az egészség jelének tartották. A bőrápolást szolgálták a különböző különleges fürdők. Akinek jól megy a dolga, azt — a népmese szerint — tejbe-vajba fürdetik. Ez a XV—XVII. században Európában valóság volt. Tehéntejben, szamártejben fürödtek az asszonyok, olykor a férfiak is.

Ruha és nemzeti jelleg

A középkor embere a nemzeti, a nemzetiségi vonatkozások iránt meglehetősen érzéketlen volt. Valójában a középkorban jórészt ismeretlen volt a nemzetiségi kérdés. A ruha, mint a nemzetiség kifejezője közömbösnek számított. A középkori Európa előkelői lényegében egyforma jellegű ruhát hordtak, csak a XV. században kezdenek különválni a nem is annyira nemzeti, hanem inkább divatáramlatok, ezek közül a spanyol, a francia, az itáliai a legismertebbek.

A XVI—XVII. században a függetlenségi harcok idején kezdődik a magyaros viselet megbecsülése, s egyúttal az idegen, főleg a német viselettel való szembeállítása. A XVIII. század elején Apor Péter már szenvedélyesen ostorozza kortársait, hogy az új és német módiért felhagytak a nemzeti viselettel.

Parókát nem viseltek, akinek nem volt haja, fekete bíborból vagy bársonyból való sapkát hordott. Hosszú mentét viseltek a főrendek, a gallér hátközépig ért, elől is elborította a mell felét; nyuszt-, hiúz-, vagy más drága bőr díszítette. Paszomántot nem használtak.

A középkor az öltözködésben korántsem volt merev, mozdulatlan időszak. Az idő változásával a társadalmi szerkezet is jelentősen átalakult, egyre nőtt a legszegényebb és gazdagabb rétegek között a különbség. Az öltözködés hű tükre ezeknek a változásoknak. A középkor végéig szinte minden olyan ruhatípus kialakult, amely napjainkban is szerepel. A rövid és hosszú ruha, a feszes és bő, a széles és a szűk, „hegyesorrú" cipő, a pasztellszínek és a sokszínűség, a haj- és szakállviseletek minden olyan változata fölvonul előttünk, amelyet az utóbbi évtizedek divatja is megújított.

Dr. Csorba Csaba

A reneszánsz idején

Reneszánsz gondolkodás szerint a nő szívét leginkább szép ruhákkal, festékekkel, kedves kis csecsebecsékkel lehet megnyerni. A kor élnivágyó embere nagyra becsülte a pompás külsőt, a szép öltönyöket. *„Két láb vörös szövet tesz egy embert"* mondta állítólag Lorenzo nagyapja, Cosimo, aki a Medici-bankház gazdagságát és hatalmát alapozta meg. Leginkább a vörös selymeket, bársonyokat kedvelték, amelyeket gyakran olyan sok arany-, ezüstszövéssel, -hímzéssel, drágakövekkel díszítettek, hogy a belőlük készült öltözetek saját súlyuktól megálltak a földön. VIII. Henrik angol király pompás ruháját például annyi drágakő és gyöngy ékítette, hogy nem is látszott a drága brokát alapanyag, amikor először találkozott menyasszonyával, Anna von Cleve hercegnővel.

Az alsóruhának látszania kellett

Nagy gondot fordítottak hajviseletükre. Vállig érő fürtjeiket sütővassal göndörítették ifjak, leányok egyaránt, s nem voltak restek órák hosszat a házaik tetején üldögélve a napon fésülgetni magukat, hogy a divat megkívánta szőke hajszínt elérjék, azzal sem törődtek, hogy az alkalmazott festékek gyakran mérgezést okoztak.

A reneszánsz divat sok újat hozott az öltözködésben. Egy évszázaddal korábban a legnagyobb szégyennek tartották, ha véletlenül kilátszott a durva vászon alsónemű. A XI. század második felében az anyag finom batiszt lett, melyet lányok, asszonyok nemcsak maguk, de apáik, férjeik, sőt vőlegényeik számára szépen kihímeztek. Igyekeztek is az ingek szépségéből mind többet megmutatni, s ezért az ujjakon, sőt a nadrágokon is hasítékot vágtak, hogy kitüremkedhessen a szép fehérnemű. A rossznyelvek szerint a franciáknál csak a kikandikáló rész készült a finom anyagból, maga az ing változatlanul durva kender volt. A német módi azonban nem adott lehetőséget efféle turpisságra, mert nem elégedtek meg néhány hasítékkal, de összevissza lyuggatták az egész öltözéket, sőt az anyagot előre felszabdalva is árulták! Matthaus Schwarz, a Fugger-

Eugenie császárnő udvarhölgyeivel. Franz Winterhalter festményének részlete, 1855

bankház augsburgi könyvelője, a kor egyik leghíresebb divatbolondja, egy alkalommal olyan mellényt csináltatott, amelyen nem kevesebb, mint 4800 hasíték volt. Az adat tőle magától származik. Ugyanis szintén ruhaimádó bátyjával, Konráddal együtt évente hat-hat új ruhát csináltattak, melyeket foglalkozásukhoz méltó alapossággal megörökítettek, gondosan feljegyezve minden részletet.

32 hold föld egy úr nyakában

Újdonság volt a hálóing is, amit az idősebbek az elpuhultság és az erkölcstelenség jelének tartottak. Ez volt a véleményük a finom hímzett zsebkendők használatáról is.

Szép keblű hölgyek általában nem rejtették el kincseiket sőt, szívesen megmutatták őket teljes szépségükben. A

nyilvánosság elé tárt halmokat sokszor feldíszítették, még az is előfordult, hogy bimbójukat átszúratták, hogy vékony aranyláncot fűzhessenek bele!

A mély kivágást a XVII. században is kedvelték, bár komoly vetélytársa akadt az egyik legkényelmetlenebb jószágban — amit a divat történetében valaha is kitaláltak —, a malomkerékgallérban. Ez a hófehér, agyonkeményített, erősen ráncolt, széles nyakfodor viseletre nem csupán kellemetlen, de étkezésre is alkalmatlan volt, s ezért egy különlegesen hosszú nyelű kanalat rendszeresítettek hozzá. Tisztítása nagyon nehézkes volt, s úgy vélték, hogy csak a holland tengerparton, a homokdüneken átszivárgó víz tudja megfelelően kifehéríteni. Így a fodrok-bodrok napokon keresztül utaztak Párizsból Németalföldre, majd vissza. Ráadásul nagyon drágák voltak: *„32 hold szőlőt hordok a nyakamban"* dicsekedett például egy francia úr. Nem volt olcsóbb utódja, a nagy, lehajtott csipkegallér sem, bár kétségtelenül kényelmesebb volt. A kézzel vert vagy varrott csipke a XVII. századtól kezdve rendkívül fontos részévé vált az öltözködésnek. E finom kézimunkával díszítették az ingeket, a galléron kívül ebből készültek a kézelők, a női főkötők, a zsebkendők széle, sőt a férfiak tölcsérszájú csizmájából kikukucskáló kapcavég is! Jellemző a kor csipkeimádatára, hogy 1690-ben, amikor a spanyolok teljesen körülzártak egy francia várost, csupán a csipkeárust engedték át a blokádon. Elvégre mégsem fogadhatják legyőzőiket a francia urak rongyosan!

A malomkerék-nyakfodrokhoz a nők csak felfelé fésült kontyokat, míg a férfiak hátul felborotvált, rövid hajat hordhattak. A lapos csipkegallérokhoz viszont hosszú, göndör fürtökbe rendezett bozontot viseltek. A divatos hajszín most már a szőke helyett a fekete lett.

Szappan, használati utasítással

A kívánt hajszínt kissé bonyolult módon érték el. Egy — külön e célra berendezett — kis szoba közepére álltak, s a komorna a mennyezetre dobta fel a púdert, mely onnan egyenletesen hullott a fejükre. A hajmosásra, s a tisztálkodásra általában sokkal kevesebb gondot fordítottak. A versailles-i kastélyban például egyetlen fürdőkád volt, azt is madame Pompadour, XV. Lajos király híres szeretője szökőkútnak állíttatta fel kertjében. Egy német hercegnő elpletykálta, hogy amikor francia barátnőjének szappant küldött, használati utasítást is kénytelen volt mellékelni hozzá, nehogy valami nyalánkságnak nézzék ajándékát Párizsban! Gúnyos szavaiból kiderült, hogy a németek jobb barátságban voltak a tisztálkodószerekkel.

Nem takarékoskodtak viszont a franciák az illatszerekkel és az arcfestékekkel. Pontosabban csak az arccsontjuk körül pirosították magukat erősen, arcuk többi részét mészfehérre púderozták, s vékony bőrükön átütő hajszálereiket kékkel megerősítették. Az összképet kis fekete szépségtapaszok, a mouche-ok, azaz a legyek egészítették ki, amelyek ha nem is légy, de mindenféle egyéb — nap, hold, csillag, szív, vagy virág formájúak lehettek, bőséges módot nyújtva a szerelmi jelbeszédre.

Madame Deficit, a divatkirálynő

Hallatlan pompa jellemezte a XVIII. században az öltözködést is. A század közepén a halvány pasztellszínek — világoskék, almazöld, rózsaszín — voltak divatosak, selymeket, bársonyokat hordott mindkét nem. A férfiak térdig érő kabátján finom hímzés, vagyont érő drágakőgombok. Rengeteget költöttek öltözékeikre, e téren még a nőket is lepipálták. Madame Sevigné például a veje számára évi 20 000 forint ruhapénzt biztosított, míg lánya számára csak 6 ezret. Ám nem kell a nőket sem félteni. *„Lehetetlen egy szépen felékszerezett hölgy körül lévő csillogást visszaadni. Óriási abroncsszoknyája mesterségesen létrehozott építmény, virágokból, gyöngyökből, ezüstből, aranyból, tarka selyemszalagokból és drágakövekből"* — olvashatjuk egy udvarhölgy visszaemlékezéseiben.

A XVIII. század utolsó harmadának koronázott divat-uralkodónője, XVI. Lajos király neje, Maria Antoinette, akinek legnagyobb vágya az volt, hogy osztrák főhercegnő létére a legelegánsabb francia hölgynek tartsák. Hétről hétre új ruhákat terveztetett magának madame Deficit, ahogy a nép akasztófahumorral nevezte. Vezetésével a divat szédületes iramban változott. Legfontosabbnak a színeket tartották, ezek elnevezésénél igyekeztek minél meghökkentőbbet, újszerűbbet kitalálni.

Az 1780-as években a királynő úgy vélte, hogy az államháztartás szegény-

sége miatt takarékoskodnia kell, s az Angliában felkapott batisztot és kartont kezdte hordani. Ekkor azonban a lyoni selyemgyárosok fordultak petícióval az udvarhoz, mert a királynő legújabb szeszélye iparukat tönkremenéssel fenyegette.

Húsz évvel később egy másik koronázott divatkirálynőhöz, illetve császárnőhöz, Josephine-hez fordultak segítségért — mert raktáraikban halmozódtak az eladatlan végek —, hogy az indiai batisztok és muszlinok helyett karolja fel a nehéz, mintás selymek viselését. A kérés meghallgatásra talált, sőt a férj, Napóleon is támogatta, rendeletileg tiltva be a konkurrens anyagok behozatalát.

A (nyak)kendőkötés tudománya

Az indiai Kasmir államban honos kecske gyapjából készült, vékony, törökös mintájú kendők divatja ellen azonban csatát vesztett a győzhetetlen császár. Josephine is több száz ilyen különlegességgel dicsekedhetett, pedig nagyon drágák voltak ezek a finom, selyemszerű darabok. Victor Hugo például első könyvének teljes honoráriumából tudott csak imádott feleségének egy jó minőségű utánzatot venni! A sálak, kendők megkötése, redőzése külön művészet volt, amelyet egy párizsi hölgy, madame Gardel tanfolyamon is oktatott.

Nem volt kevésbé fontos tudomány a férfiak nyakkendőjének megkötése sem. Akadt szintén egy élelmes úriember, bizonyos Etienne Demarell, aki 1804-ben határás kurzusban tanította a fogásokat. 1808-ban egy brosúra is megjelent e kérdésről, sőt még Balzac is foglalkozott e rendkívüli fontosságú művelettel.

A XIX. század végére a férfiak pompájának — akkor úgy tűnt örökre — vége lett. Sötét színű, unalmas öltönyökben jártak, előre megkötött nyakkendőket viseltek. Csak a bohém művészek botránkoztatták meg a tisztes polgárokat olyan férfiatlan darabokkal, mint a színes, hosszú sál, nagy, laza csokorba kötött feltűnő nyakkendő, a széles karimájú, puha kalap, vagy a bársonyzakó.

Egy vég szövet egy ruhához

A hiúság, a divat és a fényűzés a nők privilégiuma és kötelessége lett. 1853-ban — a régi hagyományokat követve III. Napóleon világszép felesége — Eugenie ismét a divatkirálynő szerepére törekedett. A lyoni gyárosok elégedettek lehettek. Az Eugenie által oly nagyon kedvelt méteres átmérőjű krinolinos szoknyákhoz 20—30 méter anyag kellett. A hölgyek megjelenésükkel, ruházkodásukkal, ékszereikkel a rokokópompát igyekeztek feleleveníteni. Legkedveltebb a gyémánt volt, mely még a XX. század elején is dívott. Sikerének sajátos magyarázatát adja a Vasárnapi Újság: *„Mióta a dél-afrikai háború folytán a gyémántok és egyéb drágakövek ára majdnem 100 százalékkal felemelkedett, a párizsi hölgyek öltözete gyémánt cipőcsattok, válltűk, hajtűk, és gombok nélkül nem is gondolható."*

Az elkényeztetett divatbabaszerep ellen azonban maguk a nők lázadtak fel. Az emancipációs mozgalmak meghirdették a harcot az ellen, hogy a nők társadalmi szerepe a férj gazdagságának és rangjának reprezentálása legyen. Azt kívánták, hogy az öltözék elsősorban kényelmes és munkára alkalmas legyen, s a lomtárba kerüljön a testet megnyomorító fűző. Egyes túlzó apostolok azonban még tovább mentek, s ki akarták irtani a szépség és hiúság minden formáját. Komolyan azt hitték, hogy a jövő társadalmának nőtagjai valami szürke egyenruhaszerűségben fognak járni! 1909-ben az angol feministák egyenruhát követeltek a gépírónők számára, akiknek szépsége veszélyezteti a nős férfikollégák erkölcsét. Tervük az érdekeltek ellenállásán megbukott. *„Amiből az a tanulság derül ki, hogy a szépség hiánya nem köteles és múlhatatlan feltétele a női munka komolyságának. Ez olyan adománya a természetnek, amelyeket a dolgozó nők sem igén szívesen nélkülöznek".*

Ez a megállapítása a korabeli sajtónak, amivel minden mai nő, sőt férfi is egyetért, annál is inkább, mert az erősebbik nem is visszakövetelni a látványos megjelenés jogát. Napjainkban a fiatalok mintha versenyeznének abban, hogy kinek bolondosabb, feltűnőbb a külseje. A hiúság történetének még nincs vége, lesz min mulatniuk utódainknak is!

F. Dózsa Katalin

Fejezetek a női munka történetéből

Őskorban, ókorban

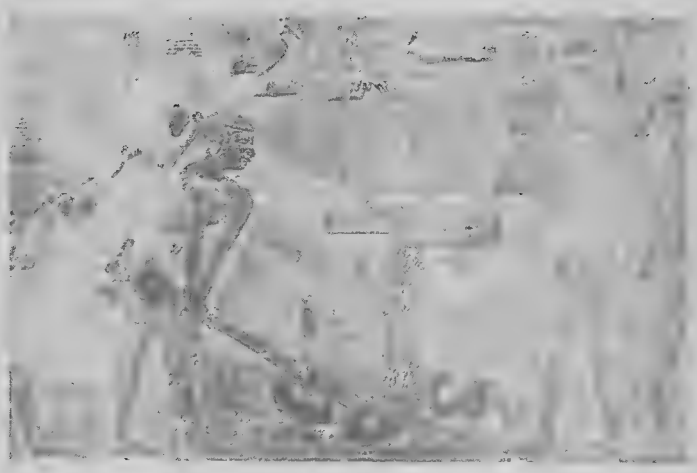
Ma, amikor a nők munkába állása általános jelensége korunknak, egyesek nosztalgiával emlegetik a letűnt „szép időket", amikor az asszony még a házi tűzhely körül tevékenykedett, s egyetlen elfoglaltsága a háztartás és a gyermeknevelés volt. Érdemes nyomon követni a nő életét, szerepét a társadalmi termelésben, mely soha, egyetlen korban sem volt elhanyagolható, a női munkára más és más formában ugyan, de mindig számított a társadalom.

Gyűjtögetés, tárolás

Az őskőkor asszonya a táplálék megszerzéséből igen tevékenyen kivette részét. A férfiak munkája, a gyakran bizonytalan kimenetelű, szerencsétől is függő vadászat mellett, az élelem gyűjtögetése volt. Az ehető gyökerek és termések gyűjtögetése és tárolása a nők feladata volt, s ez számukra szinte egész napi elfoglaltságot jelentett. Az újkőkor nagy gazdasági változása az élelemtermelésre való áttérés volt. A növénytermesztés és háziállattartás a család, a társadalom biztos megélhetésének forrása lett, s ez a munka elsősorban a nők vállára nehezedett, hiszen a közösség védelmét továbbra is a férfiak látták el. A gazdasági változás súlyát, a nők munkájának megbecsülését láthatjuk azokban a neolitikus kori, nagy számban előkerült termékenység-, vagy anyaistennőszobrocskákban, melyek — mágikus jelentőségük mellett — a nők társadalomban elfoglalt fontos szerepére is utalnak. Természetesen a gyereknevelés és a háztartási munka súlya és szerepe ekkor sem csökkent.

A nő társadalmi szerepének megváltozása az osztálytársadalmak kialakulásának idejére tehető. Ez a folyamat az

Női zenekar (i. e. 1450 körül)



Gabonát rostáló nők (i. e. 2500 körül)

ősi kultúrák esetében nem egyszerre és nem azonos módon jutott érvényre, s úgy gondoljuk, hogy e változás bemutatása nem lehet érdektelen számunkra.

A matriarchálisból a patriarchális család

Az ókori folyamvölgyi kultúrák országaiban sem volt egységes a társadalmi helyzete a nőnek. Ezekben a civilizációkban elsősorban a származás és a vagyon határozta meg az egyes ember, így a nő közösségben elfoglalt szerepét is. A patriarchális (apajogú) család kialakulásának és megerősödésének időszaka ez, s minthogy az átalakulás is hosszadalmas folyamat, időnként érvényesültek ezzel ellentétes tendenciák is. Az ókori kultúrák közül a legtöbb szabadságot Egyiptomban élvezték a nők: tiszteletük, megbecsülésük általános erkölcsi kívánalom volt a kor felfogása szerint. A házasságot szerződés szabályozta, a válást megengedhetőnek tartották, a korai időkben a gyermekeket anyjuk után nevezték el, a nőnek önálló saját vagyona is lehetett. A fizikai munkából — a földművelés, állatgondozás, házkörüli teendők ellátása — kivették részüket. Sokkal kevésbé vált lehetőségük arra, hogy szellemi pályára kerüljenek. A kor alapfokú iskoláit lányok is látogathatták, tudomásunk van az ókori Keleten női írnokokról is, de a magasabb hivatali teendők gyakorlásából egyértelműen kizárták őket. Ez alól csak néhány kivételes tehetségű és az uralkodó családjából származó asszony volt a kivétel, aki vagy uralkodóként, vagy az uralkodó irányításával a politikai életben is megtalálta és érvényesíteni tudta elképzeléseit. Hatsepszut királynő, Teje, vagy a szépséges Nofertári ezen kevesek közé tartozott. A nőknek lehetőségük volt egyes papnői funkciók ellátására, illetve az előadói művészetben (ének, zene, tánc) részt venni, de hogy ezek gyakran mennyire közelítettek a leghagyományosabbnak nevezett női mesterség gyakorlásához, arra több korabeli dokumentum utal. A rabszolganő teljes testi és szellemi kiszolgáltatottsága a kor felfogása szerint egyértelműen természetes volt.

A babiloni kultúra időszakára legjellemzőbb társadalmi képet a Hammurábi-féle törvénygyűjteményből (i. e. 1700 körül) meríthetünk. A nő kiszolgáltatottsága itt az előbb bemutatottaknál sokkal jobban érvényesült.

Papnők, hetérák, matrónák

Az ókori keleti kultúrákban a nő személyes szabadsága, ha korlátok között is, de érvényesült, igazi házhozkötés a klasszikus görög kor „felfedezése" volt. Itt a nő külön lakosztályban töltötte életét, kizárólag a házi teendők és a gyermeknevelés köthette le idejét, hiszen a demokrácia bölcsőjének nevezett Athénban egyedül még az utcára sem tehette ki a lábát. Foglalkozásuk, néhány papnői tevékenység gyakorlásától eltekintve, csak a hetéra hivatása lehetett. A félreértések elkerülése végett meg kell jegyeznünk, hogy a hetéra szó nem egyszerűen utcalányt jelentett, hanem művelt, a társasági életben jártas, a művészetekhez értő, a férfiaknak bizo-

nyos mértékig szellemi társat jelentő félvilági hölgyek voltak, akiket mesterségükre külön iskolákban képeztek ki.

Spártában — tekintettel a városállam katonai berendezkedésére — politikai okokból viszonylag nagyobb szabadságot élveztek a nők, legalábbis ami a világtól való elzártságot illeti.

A római birodalom asszonyai közül a legnagyobb megbecsülést a régi, tiszta erkölcsök szerint élő családanya, a matróna vívta ki magának. (A szó nem vénasszonyt jelent, hanem a törvényes feleség megtisztelő elnevezése.) A görögökhöz képest itt azonban már nagyobb szabadsága volt a nőnek, tudunk kereskedő- és üzletasszonyokról, sőt ha eltekintünk, néhány szellemi foglalkozást űző nőről (orvos, költőnő, képzőművész), de gyakori a bába, a fodrásznő, a szövőnő megjelölés, az illető szegény származása mellett többnyire rabszolga, vagy libertina helyzetére is utal. A császárság korának szövevényes politikai életébe az erős kezű és éles eszű asszonyok — férjük vagy szeretőjük révén — nemegyszer beleszólnak, ha csak a háttérből is.

A korabeli kisember, akinek anyagi boldogulásában a feleség munkájának is jelentős szerepe lehetett, meghitt családi együttesekben örökítette meg magát hitvesével együtt. Ezek közül az egyik Pompejiből fennmaradt ábrázolás Paquius Proculus pékmester és felesége. A szinte már az irónia határát súroló ábrázoláson a művelt, okos, családjáért dolgozó asszony portréja mellett megjelenő férj arcmása szemléletesen mutatja, hogy az a szerep, amit az ókorban szabtak a nőknek, már akkor sem volt természettől adott.

Dr. Pető Mária

A középkorban

Előkelő hölgyek

A középkor nőtársadalmában már igen változatos tevékenységi formákat találunk. A középkor előkelő hölgyeinek tevékenysége mindenekelőtt a lakáshoz, a családhoz kapcsolódott. A háztartás vezetése, a gyermeknevelés és a kézimunkázás volt a három legfontosabb tevékenység. A nemesi, főnemesi családok leányaikat öt-hat éves korukban gyakran egy-egy előkelő kolostorba adták be. Magyarországon a két legrangosabb ilyen apácakolostor — és egyben nőnevelő intézet — a margitszigeti Domonkos és később az óbudai Klarissza kolostor volt, ahol nemegyszer a királyi család nőtagjait is nevelték. Az apácáktól tanultak meg írni-olvasni, olykor latint és egyéb nyelveket is. A XI—XIII. században a ház asszonyai készítették a család ruháit, így a kézimunkázás, a varrás, a szövés-fonás nem egyszerűen unaloműző tevékenység volt. Később aztán a szabók vették át ezt a szerepet. A konyha felügyelete, a házi cselédség eligazítása is az asszony dolga. A társadalmi, társasági szokásokat az előkelőbb hölgyek általában az udvarnál sajátították el. A középkor végén egy-egy grófi-hercegi udvar valóságos nőnevelő intézet volt. A legelőkelőbbek a királyi udvarhoz kerültek udvarhölgynek, ott tanulták meg a szükséges tennivalókat. A háziasszony fontos foglalatossága volt a kertészkedés. Akik tehették, messze földről különleges, egzotikus növények-

Előkelő hölgyek hímzőrámával

kel ékesítették kertjüket, foglalkoztak növénynemesítéssel is, növényhagymákat, magvakat csépeltek, kiterjedt levelezést folytattak a kert szépítése érdekében.

A felsorolt — viszonylag sokféle — tevékenység azonban korántsem kötötte le a nők idejét, még ha a szórakozásokat, a lakomákat, utazásokat, vadászatokat is beleszámítjuk. Minél előkelőbb volt egy nő, annál inkább elvégeztek helyette minden feladatot azok, akiket szolgálatukra rendeltek. Nem véletlen, hogy a magyar népmeséknek is kedvelt alakja az unatkozó királykisasszony.

Százkezű parasztasszonyok

A falusi nők, a jobbágyok asszonyainak helyzete Magyarországon a középkortól a felszabadulásig, mondhatni alig változott. A háztartás vezetése és a gyermeknevelés — nemritkán egy-két tucat gyermekről való gondoskodás — mellett ki kellett vennie a részét minden egyéb munkából, amennyire erejétől tellett. A középkori képeken jól látható, hogy a szántóföldön férj és feleség többnyire együtt dolgozik. Az asszony végzi például a kévekötést, a szénaforgatást, segédkezik az aratásban, sőt a sarlóval arat is. Az állatok körüli munkából a parasztasszony feladata a tehén fejése, a vajköpülés, a túrókészítés, a birkanyírás, a disznók etetése stb. Ha a parasztnak szőlője volt, jutott az asszonynak a kapálásból, a szüretből is elég munka. Disznóöléskor a kolbászkészítés és különböző húsféleségekkel kapcsolatos tevékenység is az asszonyokra várt. Hogy az adót fizethesse, a parasztnak pénzre volt szüksége, s ezt elsősorban piacozásból szerezhetett. A piacra együtt járt a férj és feleség. A len és a kender tilolása, a fonás-szövés is a nők gondjait szaporította. A munkás napok monoton egymásutánját a ritka ünnepek szakították csak meg, egy-egy lakodalom vagy keresztelő a családban, vagy a rokonságban. A parasztasszonyok korán öregedtek, a — sokszor erejükön felül végzett — munkában megrokkantak, hátuk meggörnyedt. Vénségükre úgy néztek ki, mint a népmesék öreg banyái. Dolgoztak, míg a karjukat emelni tudták. A parasztasszonyok nehéz, olykor kilátástalannak tűnő sorsát idézi Ady „Az öreg Kunné" c. versének néhány sora: *„Tíz gyermeket hozott világra / Küzdésre, búra, de vitézül, / Szalmás tetejű kunyhójában / Az öreg Kunné halni készül... / Kunyhó, olaj-mécs, munka, éhség / Gyermek, rongy, szégyen és a többi / S végül a legnagyobb parancs jött: Tessék a tüdőt kiköhögni..."*

Mesterség, mesternők

A középkori városi iparban fontos szerepet játszottak a nők. A XIV. században természetes volt, hogy a nők a férfiakkal egyenlőnek, egyenrangúnak számítottak a céhekben. Ám a XV. század végén már egyre inkább háttérbe szo-

Kézműves, polgár- és parasztasszony egy 1540 körüli röplapról

rítják a céhszab yo a n e, a zművesség legtöbb ágából egyenesen kizárják, hasonlóképpen a kereskedelemből is, illetve tevékenységük körét erősen korlátozzák.

A városi mesterember feleségének fő feladatai: a konyha és a háztartás, a gyermekek ellátása, nevelése, s ez kiegészül a kézműves munkával, vagyis az asszony többnyire a férj keze alá dolgozik. Előkészíti a szerszámokat, az anyagot. A XVI. században a céhszabályok már általában tiltják, hogy a nő megismerje a műhelyben a munkafolyamat részleteit; nem tanulhatja meg a mesterséget, segédvizsgát nem tehet, mesterművet nem készíthet, a tulajdonképpeni munkafolyamatban nem vehet részt. A mester özvegye csak kivételesen, átmenetileg vezethette a műhelyt, míg egyik fia át nem vette tőle vagy férjhez nem ment egy mesteremberhez, vagy legényhez. Lányt inasnak nem alkalmaztak, csak szolgálóként, aki legfeljebb a szerszámokat adogatta, a tüzet szította, de a termék tulajdonképpeni elkészítésében nem vett részt. Volt olyan szakma, mint a selyemkészítés, amelyet a céhekben a XIII—XIV. században még női mesterek irányítottak, a XVI. században ezt is a férfiak vették át. Csak néhány tevékenység — mint a csipkeverés — maradt meg a nőnek. A többi mesterségnél az eladás, a boltban való kiszolgálás volt a nő feladata, akárcsak a piaci árusítás. A német festészet és grafika egyik legnagyobb alakjának Dürernek a felesége például a férje grafikáit árusította a piacon.

Az első munkásnők

A nők a középkorban meglehetősen sokféle ipari tevékenységben vettek részt. A vászonmunka, a varrás jórészt női tevékenység volt. A bányászatban is volt helye a női munkának, mint az annabergi bányászoltár részlete — ércet mosó asszony — igazolja. A legkiterjedtebben azonban a szövőipar foglalkoztatta őket, akik igen nehéz munkát végeztek, nagyon csekély bérért.

A magyar reneszánsz halhatatlan költője, Janus Pannonius anyja, Barbara halálára írott versében szövésből élő anyjának állít emléket: *„Mind ami hasznot néked a gyapjú szövése hozott, csak Iskolamesteremet gazdagította csupán..."*

A városok női munkásai között sajátos szerepük volt a beginának. A beginák közösségei szerzetesi fogadalom nélkül együtt élő nők (lányok, özvegyek), akik saját munkájukból tartják fönn magukat. Betegeket ápolnak, jótékonykodnak és kézműipari tevékenységet folytatnak. A nyugati városokban meglehetősen sok beginaközösség létezett, pártában maradt lányok és özvegyek százait fogadták magukba egy-egy városban. A céhek a XVI. században a beginák kézműipari tevékenysége ellen is tiltakoztak — eredménytelenül. Kolostoroknál is vannak példák kézműipari tevékenységre. A kassai apácák, egy 1495. évi foljegyzés szerint, gyertyaöntéssel is foglalkoztak. A pékek közé is kerülhetett nő, mint az 1433. évi pozsonyi pékek szabályzatából kiderül.

Gyógyszerésznő desztilláló készülékkel

Kereskedők, pénzváltók

Az ipari tevékenységnél sokkal nagyobb teret kapott a nő a középkori kereskedelemben. A XIII. század vége óta a kereskedelemben a nő önállóan is köthet üzletet, lehet csendestárs vagy akár valóságos társ is egy kereskedelmi vállalkozásban. A hasznot befektethette például posztógyártásba.

A szatócsok és a kofák céhet is alkottak, melybe beléphetett a nő is, s minden olyan jog megillette, mint a férfiakat. A kofák élelmiszert, napi szükségleti cikkeket, használt cikkeket árusítot-

tak. A budai jogkönyv részletesen szabályozta a kofák jogait, meghatározva például a létszámot is. Budán így egyidejűleg 9 gyümölcsöskofának adtak engedélyt, s azt is megszabták, hány közülük a német, a magyar. Elárusítóhelyük a patikusok előtt legyen, és kezdődjék a Boldogasszony-templomnál (mai nevén Mátyás-templom) szemközti patika sarokházánál egészen Gubelweiñ Konrád uram házáig. És a következő dolgokat árusíthatják: alma, körte, cseresznye, meggy, szamóca, zöldborsó, lóbab és bagolyborsó, dinnye és burgonya, tök és zöldmandula, kökény, szilva és kokénvszilva, őszibarack, zölddió, és mindenféle zöld gyümölcs. Szőlőt azonban ne árusítsanak, hacsak a bíró és a tanács meg nem engedi nekik. Télen borókát és mindenféle aszalt gyümölcsöt áruljanak — így szabta meg a rendelet. Voltak ezen kívül sajtos, főzelékáruló, tyúkos, vadas, zöldséges, sóárus, hibás gyümölcsöt áruló kofák is, akiknek rendjét szintén meghatározta a jogkönyv, amely arról is intézkedett, hogy a veszekedő kofákra milyen büntetést mérjenek. (A veszekedést kezdeményező vegyen egy követ a vállára, a másik egy hegyes végű bottal noszogassa hátulról, s így tegyenek meg egy kört a városban.) A kereskedelem velejárója a pénzváltás, ami önálló mesterség volt — méghozzá előkelő mesterség — a középkorban. Több egykorú ábrázolás tanúsága szerint a pénzváltó feleségével együtt végezte a munkát. Ez is azonban Itáliára és a Németalföldre jellemző leginkább, ahol nem volt ritka az írás-olvasáson kívül matematikailag is jól képzett leány és asszony.

A kereskedelem sajátos ágát képviselték a markotányosok, akik a hadsereggel együtt vonultak, s a katonákat minden olyan áruval ellátták, amiről az élelmezési és ellátmányozási biztosok nem gondoskodtak. A szekerező markotányosok vagy nők voltak, vagy házaspár dolgozott együtt ebben a csöppet se veszélytelen szakmában.

Szolgálók, cselédek

A szolgálók, a cselédek mind falun, mind városban megtalálhatók ebben a korban. A falusi, gazdasági cselédek (szolgálók) sorsa volt a mostohább. A XIII—XIV. századi leírások így jellemzik az életüket: *„A fejőlánynak tisztának, becsületesnek és hűségesnek kell lennie. Legyen szorgalmas a tehenek körüli kötelességeiben, legyen okos és ügyeskezű. Ne pazaroljon, legyen takarékos. Nem szabad tűrnie, hogy bárki is odajöjjön hozzá a tehenészetbe és elvigyen valamit, mert így nem tud pontosan elszámolni... A tejet, amit átvesz, fel kell rónia, és sajtot, vajat kell készítenie... ügyelnie kell a baromfiakra... Ezenfelül kötelessége a lánynak, hogy gabonát rostáljon vagy válogasson, letakarja a tüzet és hasonló kis munkákat végezzen..."*

A városokban a szolgálók és cselédek százai és ezrei dolgoztak. Külön foglalkozás a cselédközvetítés, amelynek tarifáját Franciaországban már a XIV. században királyi rendelet szabályozza. Azt, hogyan kell bánni a cselédekkel, Párizsban egy 1393 körül megjelent értekezés — a Ménagier de Paris — tartalmazza. A társalkodónő egyben a házvezetőnő is, vezeti a napi kiadások jegyzékét, irányítja a cselédeket. Az említett mű óva inti a háziasszonyokat, nogy gondosan ügyeljenek a cselédeikre, tanítsák őket, ne engedjék, hogy veszekedjenek, átkozódjanak, hazudjanak, káromkodjanak. A cselédek egyszerűbb ételeket fogyasztottak mint uraik, s természetesen csak utánuk ehettek.

Ápolónők, örömleányok

A középkor első felében az orvoslás fő és szinte kizárólagos letéteményesei — a kuruzslókat nem számítva — a kolostorok. Az orvoslásban és betegápolásban nagy szerep hárult a nőkre. A későbbiekben a nők szerepe az orvoslásban az ápolásra szorítkozott, ami elsősorban az apácák és beginák feladata volt, a másik terület a szülés körüli teendőkkel kapcsolatos. A bábaképzés a városokban egyre elterjedtebbé vált, a XVI. században már megjelennek a vizsgázott szülésznők.

A középkori polgárok és urak szórakoztatását szolgálták az énekes-, hegedűs- és táncoslányok. Sajátos szerepük volt az úgynevezett „kéjnőknek", s a bordélyházaknak. Az egyház ezeket elítélte, de megtűrte. Az örömleányok egyik csoportja rendszeresen vándorolt, ezek elsősorban a hadsereget követték, a többiek letelepedtek. E nők egyes városokban céhet alkottak, volt vezetőjük. A céhen kívüli „kontárokat" hatóságilag üldöztették. Voltak olyan előírások, miszerint papok és házasemberek nem látogathatták a bordélyt, de ezeket az „asszonyházak" tulajdonosai — üzleti okokból — nemigen ellenőrizték. Az örömlányok meglehetősen kiszolgáltatot-

tak voltak a városi hatóságokkal szemben. Gyakran egy-egy város valamiféle hirtelen jött erkölcsi felbuzdulásból minden átmenet nélkül előzte őket, majd rövid idő múlva újra engedélyezték a megtelepedést.

Tanító apácák, uralkodó asszonyok

A középkorban az értelmiség meglehetősen szűk, s elsősorban egyházi jellegű réteg volt. Csak a XV. században, a reneszánsz idején kezdődött meg erőteljesebben a polgári értelmiség kialakulása. A kolostorokban tanító apácák jelentették a középkori női értelmiséget. A kolostorok számára anyanyelvű kódexek készültek, ezekből tanították a növendékeket. Ilyen kódexek többek között a híres margitszigeti kolostor számára is készültek, s közülük néhány szerencsésen fenn is maradt. A XV. században a szaporodó városi iskolákban a leányokat általában az iskolamester felesége tanította. Noha a nőknek csak elenyészően kis százaléka jutott el a művelődés magasabb fokára, hiszen egyetemet nem járhattak, a főúri hölgyek között jó néhány olyan kimagaslóan művelt is akadt, aki felvehette a versenyt korának férfiaival. Ilyen volt az elbeszélésfüzért író Navarrai Margit. A XV—XVI. században Európa több országában nők uralkodtak, s nehéz körülmények között is többen kitűnően megállták a helyüket. Akár az angol I. Erzsébet (1558—1603) vagy Medici Katalin, a spanyol I. Izabella, aki Kolumbusznak a megbízatást adta (mellesleg ő az inkvizíció „szülőanyja" is). Feljegyezte a történelem II. Lajos magyar király özvegye, a Németalföldön kormányzó Habsburg Mária nevét is. Korának művelt asszonya volt a hírhedt Lucrézia Borgia, VI. Sándor pápa lánya. Azonban ők kivételek. A középkor nőinek többnyire megaláztatás és kemény munka volt osztályrésze.

Dr. Csorba Csaba

Dolgozó nők a kapitalizmusban

A nők munkába állását korántsem tekintették elképzelhetetlennek, amikor a parasztság vagy a munkásság tagjairól volt szó. A gyermekét a mezőre magával hurcoló, kapáló, kévét kötő parasztasszony egészségét és elgyöngült utódait nem féltették, mint ahogy azt a sok, gyárban, sőt bányában nehéz fizikai munkát végző nőt sem, aki szinte beleszakadt a napi robotba, felügyelet nélkül otthonában hagyva gyermekeit.

Halál a báli ruha mellett

A háztartás vezetése mindig a nők hagyományos munkaterülete volt. Persze nagy különbség volt aszerint, hogy valaki a saját háztartását gondozta vagy cselédként robotolt reggeltől estig. Női munkának számított a hímzés és a csipkekészítés, bár ez utóbbit (gyertya vagy mécses fényénél mellett!) igen könnyű kereseti lehetőségnek tartották. Selmecbányán például 1560-ban rendeletben tiltották el a felnőtt lányokat a csipkeveréstől, „mert a könnyű munka mellett csak paráználkodnak, s a szegényebb leányokat ez rossz útra tereli", akiket így akartak arra kényszeríteni, hogy szolgálatba álljanak. Az is természetes volt, hogy a nők varrónőként, kalaposnőként napi 13—14 órát, szezon idején 18—20 órát dolgozzanak. A varrólányok a szezon idején két-három napot is átdolgoztak alvás nélkül. Nem csoda, hogy még a század elején is előfordult; egy-egy kimerült, rosszul táplált lány a másnapra elkészítendő báli ruha mellett halt meg!

A XIX. század elejétől vált általánossá a nők foglalkoztatása. A nők a felét, sőt a harmadát kapták a férfiak bérének; gyöngébb teljesítményükre, a szülés és gyermekeik betegsége miatti hi-

Utcai árusok, Vasárnapi Újság 1874.

ányzásokra hivatkozva. A vállalkozónak persze kifizetődőbb volt a nők és a gyermekek alkalmaztatása, s a férfiakat gyakran elbocsátották. Ördögi kör keletkezett így, amely csak a tulajdonos hasznát növelte, hiszen a munkanélküli férj helyére kénytelen volt aszszonya állni, fele bérért!

A XVIII. század végi Angliában már mintegy 30 000 nő dolgozott a zöldséggyümölcs vásártelepeken, 1843-ban szintén Angliában az egész haladó közvéleményt megrázta egy felmérés, amely szerint a bányák mélyén alkalmazott asszonyok hátára olyan súlyos szeneskosarat tettek, amelyeket azok csak tántorogva tudtak vinni. Gyakran halott gyermekeket szültek, s korán meghaltak azok a nők, akik ólommérgezést kaptak, mert minden védő felszerelés nélkül dolgoztak e veszélyes iparban. A nők és a gyermekek finomabb munkáját kezdettől fogva igényelte a textilipar. A századvégi Németországban például már hét területen (mezőgazdaság, textilipar, ruházati ipar, tisztító ipar, vendéglátóipar, háztartás, egészségügy) a férfiakat meghaladta a nődolgozók száma. A legtöbb nő Amerikában dolgozott. Az 1900-as népszámlálás adatai szerint csupán 9 olyan foglalkozási ág volt, ahol nem dolgozott nő, még 3 révkalauz, 45 mozdonyvezető és -fűtő, 185 kovács, 506 gépész, 11 fúró, 8 kazánkovács is szerepelt a listán.

Az „ügyetlenek" sorsa

A szegény parasztcsaládok gyermekei elsősorban cselédnek, mezőgazdasági munkásnak szegődtek el, így igyekeztek összeszedni a sovány kis kelengyéjükre valót. Az iparosok leányai bedolgozást vállaltak, varrónőnek, kalaposnőnek mentek, míg a munkáslányok főleg gyárakban dolgoztak, sokszor már 9—10 éves koruktól. Az asszonyok közül — főleg ha már gyermekük is volt — kizárólag azok vállaltak munkát, akiknek a minimális létfenntartásához volt rá szükség. „Szívesebben élek akárhogy is néhány esztendeig, minthogy azonnal éhenhaljak" mondta egy ólomgyári munkásnő, amikor azt kérdezték tőle, miért vállalja ezt az egészségre oly káros munkát. A hivatalos társadalom e páriák életén legfeljebb csak sajnálkozott, mint a nagyon kevés bérért dolgozó apák, sőt 8—10 éves gyermekeik sorsán is.

A nők munkába állásának problémája akkor borzolta fel a kedélyeket, amikor a középosztály tagjaira került sor. Ezeknek a lányoknak ugyanis szinte egyedüli elfogadott lehetőségük a férjhezmenés volt. Hogy aztán a kisfizetésű férj otthonát mennyi leleménnyel és erőfeszítéssel tartotta rendben a ház asszonya, már más kérdés volt, min-

denesetre nem számított munkának. Az „ügyetlenek" vagy a nagyon csúnyák csupán a rokoni szeretetre számíthattak, ám helyzetük korántsem volt irigylésre méltó. A vénlányként kegyelemkenyéren éldegélő rokon sokszor többet dolgozott a cselédnél. Ha még erre sem volt lehetősége, nevelőnőnek vagy házvezetőnőnek szegődött el. Özvegy asszonyok, ha nagy házat örököltek férjüktől, kosztosokat, lakókat fogadtak, s ha volt esetleg egy kis tőkéjük, leánynevelő intézetet nyithattak. A tisztes foglalkozások köre ezekkel be is zárult.

Alkalmas-e szellemi foglalkozásra?

A társadalom igyekezett szomorú tényként elfogadtatni azt, hogy bizonyos pályákon (tanító, postás, hivatalnok) egyre több a nő, amit az általános elszegényedés rovására írtak. Az igazi felháborodást az váltotta ki, hogy az egyenjogúságra törekvő nők a diplomás pályákat is meg akarták hódítani. A Kincses Kalendárium szerint a múlt század végén Magyarországon 1 457 906 mezőgazdasági napszámosnő, 165 050 földbirtokos nő (érdekes módon az mindenki számára természetes volt, hogy férfi hiányában asszony vegye kezelésbe a birtokot), 42 168 gyári munkásnő, 9609 szülésznő, 2414 postai alkalmazott mellett összesen 7 diplomás — orvos, építész, illetve tanárnő — volt, mégis ez utóbbiak kavarták a legnagyobb vihart.

Elsősorban azt akarták bebizonyítani, hogy a nők a magasabb rendű szellemi munkára fiziológiailag alkalmatlanok. Áltudományos orvosi vizsgálatok eredményeit közölték például arról, hogy a nők agyának súlya mennyivel kisebb a férfiakénál. Ráth István szerint egy svéd orvos 3000 gimnazista lány közül 1200-at talált, akinek valamilyen komolyabb betegsége volt, természetesen a megerőltető tanulás következtében.

A leányok oktatása már kisgyermek kortól különbözött a fiúkétól, a követelmények alacsonyabbak és más irányúak voltak. Elsősorban a háztartás és az illem tudományába vezették be őket. Természetesen számolni, írni, olvasni, lehetőleg szellemesen levelezni és társalogni kellett tudniuk. Némi nyelvismeret, tánc, zongora és énektudás, kézimunka, esetleg akvarellel festegetés tartozott még a tökéletes úrileány neveltetéséhez. Ezeket legtöbbször nevelőnőktől (a fiúkat tanító oktatta) és néhány évi bentlakásos intézeti tartózkodás folyamán sajátíthatta el.

A továbbtanuláshoz való jogot tulajdonképpen már az elemi, de főleg a középiskolai ismereteknél kellett kezdeni. A gimnáziumok azonban nagyon nehezen nyitották meg kapuikat a lányok előtt, s már az is nagy eredmény volt, amikor magántanulónak engedélyezték az érettségi letételét. Az egyetemre bejutni viszont ritka kiváltság volt.

A jogtudor hölgy reményei

Elsőként az Amerikai Egyesült Államokban engedélyezték 1860-ban a nők felsőfokú továbbképzését. Az 1900-as népszámlálás már 7399 orvosnő, 1041 építésznő, 1010 ügyvédnő működését rögzítette. Európában először Svájc nyitotta meg egyetemeit. Itt végzett az első magyar orvosnő, Hugonnay Vilma, akinek igen hosszú és elkeseredett harcot kellett vívnia diplomája honi elismertetéséért. A múlt század végén egy-egy olyan hír, hogy egy nő egyetemi diplomát szerzett, érdekességként szerepelt az újságokban. 1895-ben a Vasárnapi Újság arról tudósított, hogy a római egyetemen egy Labiola Teréz nevű nő, „A becsület a jogban" címmel jogtudori értekezést írt. *„Mindazonáltal ez idő szerint hazájában bírói vagy ügyvédi állást nem foglalhat el, valószínű, hogy jelen tudományos végzettségét csak irodalmilag fogja értékesíteni"* — nyugtatja meg a férfiolvasókat a hír kommentátora.

Magyarországon az 1870-es, 80-as években történtek próbálkozások. 1895-től a bölcsész és orvosi karra íratkozhattak be a nők. Az egyetemre járó nők száma 1900-ban már 31 volt, s 1909/10-re 326-ra emelkedett.

Az igazi szemléletbeli változást azonban az I. világháború kényszerítette ki. A harcoló férfiakat ugyanis az élet minden területén az asszonyoknak kellett pótolniuk, akik nagyszerűen megállták a helyüket, s a háború befejeztével eszük ágában sem volt visszamenni a fakanálhoz. Természetesen további térhódítás sem volt könnyű. Harcolni kellett az egyenlő munka, egyenlő bér elvéért, a szülés és az anyaság jogaiért, illetve támogatásáért, mint ahogy sok

tőkés országban még ma is hátrányos helyzetben vannak a dolgozó nők.

A népi demokrácia törvénybe iktatta a nők munkavállalásának jogait, amelyeket minden lehető eszközzel igyekszik megvalósítani. Igaz, még nem mondhatjuk el, hogy minden, a múlt században felvetett reális ellenérvre, problémára megtaláltuk a megoldást. A munka és a háztartás valóban kettős súllyal nehezedik a nők vállára, elkél még a további társadalmi segítség.

Mégis, amikor ma sokszor elkeseredve soroljuk tennivalóinkat, nem szabad elfelejtenünk, hogy a nők munkába állásának mindenki számára természetes joga évezredeken keresztül nem volt az, s eléréséért keserves harcot kellett vívni!

F. Dózsa Katalin

Női munka a „négy fal" között

Háztartástörténet — nosztalgiák nélkül

Világdivattá lett a huszadik század eleji úgynevezett boldog béke visszavágyása. Idehaza is virul a dédanyáink korának stílusát utánzó hintaszékes, teremnagyságú szobákhoz méretezett ülőbútorok, „kristály"-csillárok divatja. Igaz eleganciává lépett elő a kézzel hímzett alsó vagy ágyneműből új életre keltett ruha és blúz, a felső alól kikandikáló alsószoknya. Ezrek kedvtelése lett ódon használati tárgyak: mozsarak, faszenes vasalók, gyertyatartók, rokkák, cserepek, réz- és vasedények gyűjtése.

Becse van az ismeretlen súlymértékkel, rég feledésbe hullt kifejezésekkel kinyomtatott, ma már elkészíthetetlen receptúrájú szakácskönyveknek is.

Ezt a „nosztalgiahullámnak" kikiáltott életérzést az teszi vonzóvá, hogy egy letűnt korszak tetszetős felszínét tünteti fel teljességnek. Így nem csoda, ha akadnak olyan nők, akik „nemszeretem" foglalkozásukat, anyagi kényszerből végzett munkájukat boldogan felcserélnék nagyanyáik, dédanyáik mai szemmel idillikusnak látszó, csak a háztartás ellátására szorítkozó, kényelmes, nyugodtnak tűnő életével.

Mármost csak az a kérdés, hogy valóban irigylésre méltó volt-e a hajdani háziasszony helyzete? Teendőiről szóló ismereteink megfelelnek-e a korabeli tárgyszerű valóságnak? Nos, amint a továbbiakból kitűnik, bőven van pótolnivalónk. Mindaz, amit az 50—70—80 év előtti kézi munkáról az Olvasó elé tárunk — és a maival összehasonlítva háztartás-művelődéstörténeti ismerettárnak is beillik — alighanem lehűti majd a múltba vágyási lázakat. Mellesleg talán okulni is lehet belőle: rádöbbent, mi minden kínálkozik ma a házi munka kényelmesebb, gyorsabb végzéséhez, mit mulaszt el az, aki nem figyel rá, mit vehetne igénybe, hogy felszabaduljon a hagyományosan végzett munka kényszere alól.

Takarítás súrolókefével, firnisszel

„Meg kell szakadni..." — sóhajtoznak ma a nagytakarításnak nekikezdők, amikor a permettel megtisztított ablakok, a folttalanító-fényesítő vegyszerekkel makulátlanná törült ajtók után sor kerül a 8—10 kilós vizesvödrök emelgetésére, hogy a tartósan lakkozott parkettát és a köves vagy műanyagborítású helyiségeket is felmossa a szennyet azonnal eltüntető mosószerrel. És ezzel még nincs vége a nagy munkának. Be kell kapcsolni a porszívót, az sem magától megy végig a kárpitozott bútoron, a szőnyegeken, falvédőkön vagy a tapétázott falon. Az előbbiekhez képest a portörlés már gyerekjáték. „Meg kell szakadni...?" Talán ez még akkor is túlzás, ha a szőnyegeket otthon tisztítják a célszerű vegyszerrel, ha az összes elpiszkolódott terítőt, dísztárgyat kimosják, lemossák, rendbe teszik. Mert ma

már minden műveletnek megvan az erőkifejtést helyettesítő szere, készüléke.

Ötven—hatvan évvel ezelőtt valóban „meg kellett szakadni" egy nagyobbfajta takarításba. A régi öregek még jól emlékeznek arra, hogy az ablaktisztításhoz először is újságpapírt gyűjtögettek, mert a nyomdafesték volt az olcsó üvegszennyoldó. Ezzel viszont 4—5-ször is át kellett dörgölni az ablak felületét, hogy a papír szószmötje se maradjon vissza. Az akkor még jobbára barna felületű ajtókról, ablakkeretekről a port-piszkot levitte ugyan a kezet kimaró lúgos víz, de ez a fényt is elvette. Jöhetett a firnisz, azaz a matt fényt adó kencével való átdörgölés.

Parkett? Padló? A 20—25 nm-nyi felület felsikálásához 3—4 kancsónyi forró lúg, 15—20 vödör víz is elkelt, a térdeléstől a térdkalács és a gerinc sajgott, és hol volt még akkor a padló vagy a parkett a készenléttől? Száradás után jött a viaszos „beeresztés" azaz az egész felület felkenése olyan oldattal, amelyet száradás után fényesre kellett kefélni. Ez volt az úgynevezett — és talán hírből már hallott — „vikszelés". A hajópadlót festékkel vonták be, utána olajozták. Ez is két munkaszakaszt jelentett.

(Tegyük hozzá: ma 100 városi lakás közül 81-ben, a falusiak közül 45,6 százalékos arányban folyik csapból a víz és ezek 60 százalékában nemcsak hideg, hanem meleg víz is. Akkor, a vizes munkához városon jórészt a ház folyosójáról, udvaráról, falun a házon kívüli vagy udvaron belüli kútból kellett hordani a vizet, s a melegítéshez még nem volt gáz vagy villany, hanem a sparhert tüzét is rakni kellett.)

Tisztításra, portalanításra érdemes szőnyeg csak a módosabb emberek lakásában akadt. Ezeket viszont az udvari porolókra feltéve verhették a „prakkerral", nyelve a kiszálló port. Ezt követően jött a pecsétek eltávolítása, az akkoriban beváltnak tartott savanyú káposztás végigdörgöléssel, majd száradás után a savanyú káposzta szálainak kikefélése.

Szóljunk egy szót a rövid idő alatt megfeketedő rézkilincsek, zárkiszöbpántok és a drága ezüstöt helyettesítő réz gyertyatartók, réz dísztárgyak kényszerű, fáradságos fényesítéséről. Ezt a hozzá használt fényesítőszer nyomán „szidolozásnak" mondták. A konyhakredenceken díszelgő rézmozsár, a habüst, a kuglófsütő fénye vagy feketesége beszédesen árulkodott gazdája buzgalmáról, vagy lustaságáról.

Falun a házak falának évente kétszeri meszelése, a földes padló agyaggal döngölése, a városi és falusi sparhertek felületeinek, füstcsöveinek „ezüstözése" nélkül takarításról beszélni sem lehetett.

És mert a tüzelés falun és városon minden helyiségben külön-külön szénnel, fával, törekkel, ganéjjal ment, annyi volt a korom, a hamu a fűtéssel járó szenny, hogy kétannyiszori takarításnak is csak feleannyi volt a látszata, mint ma.

Poloskairtás, bolhátlanítás, molyirtás mindennapos teendő számba ment falun, városon egyaránt.

Mindez csak ízelítő a két emberöltővel ezelőtti takarításról.

„Ágnes asszony a patakban, a ruháját mossa, mossa . . ."

Ha az előbbiekben a mai takarítás vívmányaival és adottságaival kezdtük az összehasonlítást, most fordítsuk meg a sort, hogy még jobban kidomborodjék a munka megkönnyebbülése.

Arany János gyönyörű balladájának kezdősora a patakban mosásra utal. Víz melletti településeken, még egy emberöltővel ezelőtt is a természetes vizek partjain sorakoztak a sulykoló, mosófával felszerszámozott asszonyok, hogy megmenekedjenek a vizes csebrek cipelésétől, no meg társas életet is éljenek a nehéz munka közben.

Víztől távol — városban különösképp — a szennyet jobban oldó, lágyabb esővíz gyűjtésével kezdődött a mosási előkészület. Ez azonban csak a közvetlen felkészülés volt. A magyar gyáripar fejlődési adatai szerint a századforduló idején a mosószappan ipari előállítása a felhasznált mennyiségének 30 százalékát sem tette ki; a szappant otthon főzték, zsiradékból, forrázott fahamu-lúgból és gyári lúgkőből. Ez az összetétel jól mutatja magával a szappanfőzéssel járó teendők sokaságát.

Ahhoz, hogy az üstben vagy edényekben felmelegített mosóvíz ne csurogjon el, a két használat között összeszáradt fateknőt idejében be kellett áztatni, hogy fájának rései összedagadjanak. S mert a szappannak és a fahamulúgnak a szennyoldó ereje nem volt elegendő, így a szennyest egy napig áztatták, majd egy éjszakára leszappanozták. Maga a mosás a leszappanozott fehérneműágy-

nemű leforrázásával, majd a teknő oldalán csíkonként felfektetett átkefélésével kezdődött. Ezt követte az üstben vagy mosófazékban való „kifőzés". Talán említeni sem kell micsoda fáradsággal járt a 40—50 literes edény megtöltése, a ruhával teli lé kézi forgatása, a fazék alatti tűz elevenen tartása, majd a tűzforró, csurgó ruha átemelése a teknőbe. Ekkor ugyanis új forró víz került a textíliákra. Ebben „felrázták" a ruhát, hogy a főzésnél kioldódott szenny kilökődjék a szövedékből. A lúgos, féligmeddig tiszta vizet vétek lett volna pocsékban hagyni. Következésképp ezt különféle használaton kívüli edényekbe csurgatták a teknőből.

A legnagyobb vigyázat mellett is folyton törülgetni kellett az itt-ott kifröcskölt, melléfolyt vizeket. És akkor jött az öblítés, majd a kékítés (az utolsó öblítőbe kevert ártalmatlan festék kékes árnyalatával ellensúlyozta a ruha elszürkülését, majd a facsarás előtt sor került a keményítős vízben való megmártásra.) Talán ismert még ma is a keményítő házi készítése. Az első keményítőgyárat 1884-ben alapították, termékeinek mennyisége a tényleges szükségletnek tizedét ha fedezte. (A „Nefelejts" című „hölgyújság" 1905-ben meglehetősen elítélően nyilatkozott a gyári keményítőről, jól tükrözve ezzel a gyári készítményekkel szembeni korabeli előítéleteket.)

E roppant mennyiségű munka után következett a vastag holmik kézi facsarása, majd teregetése. A mosást szinte kizárólag a „gyengébb nem" végezte, pedig ez a tevékenység erős férfiembert is kimerített volna.

A ruhát aztán még nyirkosan szedték le a szárítókötelekről, mert az erős szálú kelméket szárazon már nem lehetett tükörsimára vasalni.

50—60 évvel ezelőtt a faszenes, a tégla vagy vasbetétes majd a gázzal tüzesített vasaló volt az általános. A vödörben meggyújtott faszén parazsát (füstje sűrűn okozott széngázmérgezést) több kilós öntött vas üregbe töltötték, majd addig lóbálták, amíg lapja áttüzesedett, hamuja a földre és nem a tiszta ruhára hult. Egy fregolinyi ruhához a vasat 4—5-ször is meg kellett tölteni.

A téglás vagy öntött vas lapos vasalóhoz az említett betéteket izzították; 4—5 kilót nyomtak. A gázon melegített vasalók „forradalmi újítás" számba mentek a maguk 3—4 kilós súlyával és krómos bevonatú tiszta külsejével.

A hazai mosás igazi „forradalma" lényegében 1956 után ment végbe. Akkor kerültek forgalomba az első szintetikus, a szennyet tökéletesen kioldó áztató és mosószerek. Elsőként a mai legjobbakhoz képest igen csak gyenge „Ultra" hozta lázba az asszonyokat. Ma pedig se szeri, se száma az egyre jobb készítmények garmadának. Más kérdés, hogy sokan el sem olvassák, melyik szer áztató, melyik mosó, melyikből mennyi a kívánatos mennyiség a szenny oldásához.

Itt kell elmondani azt is, hogy a szintetikus, vasalásra nem szoruló textíliákkal még sokan bánnak hagyományosan. Mosás közben gyűrik, törik az anyag szálát, holott ha a fürdőkádban kifektetve áztatnák, simogatva mosnák, fektetve öblítenék, facsarás nélkül vállfára akasztva szárítanák, megspórolhatnák a vasalást is.

És végül nemcsak a mosószer folytán vált fáradságmentessé a mai mosás. A legújabb statisztikai adatok szerint 100 városi családból 93-nak, 100 falusi családból 91-nek van mosógépe. Centrifugával az előbbiek közül 73, az utóbbiak közül 63 rendelkezik. Az automata mosógép vizét villany melegíti, vízvezeték tölti. Keményítőt permetezőtartályokban árulnak, s hogy a ruha nyirkos legyen ha kell, arról a legújabb villanyvasaló típus gondoskodik. A teknő — hovatovább — muzeális tárgy lesz, a mosószappan kelendősége az elmúlt 10 esztendőben egyötödére csökkent. A perspektíva a mosóautomata. Annyi nem kerülhet forgalomba, amennyi 24 órán belül el ne menne, nem ritkán „pult alól".

Ha az eddigiekhez hozzávesszük, hogy a Patyolat és a ruhatisztítást-, mosást végző szövetkezetek igénybevétele, illetve léte, akár tökéletesen kiküszöbölhetővé teszi a házilagos mosást, hogy a házi tisztítással ma már senki sem bibelődik, akár olybá is vehetjük, hogy „irigylésre méltó" nagyanyáink egyik legkeservesebb feladata, ma már szinte nem is játszik szerepet az elvégzendő házi munkák sorában.

Tele kamra — házilag

Amikor a múlt század 60-as éveiben az Itáliából idetelepedett Piazzoni család, majd később Dozzi-ék, Del Medicoék megalapították szalámiüzletüket, a magyar fogyasztóközönségnek csakis a kifinomult ízlésű és legmódosabb réte-

gére számíthattak. Még nagy volt az idegenkedés a házon kívül előállított húskészítményekkel szemben. Az 1882-ben létesült Herz-féle szalámi és az ugyanabban az évben működésbe lépő Weiss Manfréd-húskonzervgyár életképességét a tulajdonosok nem a hazai, hanem elsősorban a külföldi keresletre alapozták.

A századforduló idején sokasodásnak induló hentesárugyárak és üzemek termékei fokról fokra mégiscsak kelendővé váltak. Úgyszólván csak a városokban, nem utolsósorban az 1914-ben kitört világháború hiánygazdálkodása következtében.

A hús ipari feldolgozásának kibontakozását azért kellett részletesebben vázolni, mert az ország lakosságának nagyobb hányadát kitevő falusi asszonyok, családok lényegében e század 30-as éveinek derekáig házilag sózták, pácolták, füstölték, dolgozták fel teljes egészében az egész évi hússzükségletet, ha egyáltalán volt mit feldolgozni.

A káposzta házi savanyításától kezdve, a házi ecetkészítésig, a tarhonyagyúrástól — és napon szárításától — a diótörésig, a gyümölcsök aszalásától a paradicsom eltevéséig, de még a gyógynövények télire gyűjtéséig is, teljes egészében kézi erővel, otthon kellett gondoskodni nemcsak falun, hanem — a zöld- és gyümölcsféléket illetően — a városokban is.

Miután ma megint divatba jött a zöldfélék, savanyúságnak valók, gyümölcsök télire eltevése (mert a több százezer kiskerttulajdonos miért is hagyná kárba veszni azt a termést, amely több, mint amennyit frissen elfogyaszt vagy elad), aligha kell részletezni, hogy az üvegek gondos kimosásától, a polcokra rakásig, hányféle fáradságos műveletet jelent a befőzés.

Jóllehet a házi konzerválás kötelességszerűen elvégzendő műveletei között jobbára csak az a különbség, hogy az állandó tüzelés helyett a hőt a gáz vagy a villany szolgáltatja, mégis alapvetően más a helyzet a télire való gondoskodást illetően.

A hűtő- és konzervipar óriási arányú és egész országra kiterjedő kibontakozása és áruellátása következtében megszűnt a házi tartósítás, a kamratelítés nélkülözhetetlensége. Továbbá: a gyorsfagyasztással, illetve csírátlanítással nagyüzemileg tartósított, felhasználáskor beszerzett zöldség és gyümölcsfélék révén, élettanilag sokkal értékesebb táplálék kerülhet a téli asztalra, mint amit hajdan nagy fáradsággal kellett a kamrába felgyűjteni.

(Az elmúlt 10 évben az úgynevezett „mirelit" áruk fogyasztása megkétszereződött. A legfrissebb adatok szerint a városokban átlagosan fejenként már évi 206 forintot költöttek tartósított zöldség, gyümölcs és főzelékfélékre, s ebben az összegben nem szerepelnek a konzervipar kész- és félkész ételei.)

A „teli kamra" fejezetébe kívánkozik a nyári meleg okozta ételromlás elleni védekezés, a behűtés városi kínkeserve, a jég beszerzése is. (Falun a hűs kamrák, a soha fel nem melegedő pincék megkímélték a háziakat ettől az igénybevételtől.) A „jeges, itt a jeges . . .!" vederrel megrohanásának, hajnali lesegetésének korszakát még átélték az aktív korosztályok. Ráadásul a városi háztartások többségének nem volt jól szigetelt jégszekrénye. Így a jégbeszerzés terhét naponta kellett végigcsinálni, hogy a tej, s más romlandó élelmiszer reggeltől estig vagy másnapra ne menjen pocsékba.

És ma? Száz városi háztartás közül 92-nek, száz községben élő közül 80 családnak van hűtőgépe!

Az ügyes háziasszony úgy használja ki a hűtőgép előnyeit, hogy a család egy heti hússzükségletét egyszerre szerzi be, célszerűen részekre darabolva, főzésre-sütésre előkészítve egy-egy étkezésre szánt adagot külön-külön csomagolva tárol a mélyhűtőben. Így nemcsak időt és fáradságot takarít meg, hanem hasznosítani tudja a hús szélét, zsiradékát, csontokat az utolsó dekáig.

Ma, a teli kamra helyett az okosan telített hűtőszekrény a jól vezetett háztartás büszkesége.

Megszépítő irodalom — valóság végkimerülésig

A századforduló szépirodalmának szinte valamennyi művét belengi a gyöngyöző húsleves, a kemencében sülő kenyér meghitt, forró párája, a pörkölődő kávé, a cukorral kevert vanília édes illata.

Az írók oly érzékletesen jelenítettek meg egy-egy tejeskávés, foszlós kalácsos reggelit, kecses zsúrasztaloknál felszolgált likőrös aprósüteményes kínálást, díszesen terített, roskadásig megra-

kott ünnepi asztal mellett fogyasztott ebédet vagy vacsorát, hogy olvasójuk évtizedek múltán is képes átélni az élvezeteket.

Ha némelyik mű szerzője a konyhába is elvezeti olvasóját, mert nő szereplőjének jellemrajza vagy a cselekmény ezt megkívánja, az ott folyó sokféle munkáról többnyire azt a benyomást kelti, mintha az játszi könnyedséggel, frissen és örömest végezhető tevékenység volna.

E kellemes benyomásokat keltő irodalmi ábrázolásokat érdemes közelebbről is szemügyre venni. Csak így élhetjük bele magunkat testestől-lelkestől a hajdani háziasszonyok „játszi könnyedséggel" végezhető konyhai munkájának világába.

Kezdjük a reggelinél, s tekintsünk el a tejtől, amelyet a hiedelmekkel ellentétben nem mindenkinek adatott meg házhoz szállítani. A babkávét nyersen árulták a 20-as évek derekáig, azt bizony otthon kellett pörkölgetni. Ám a tejeskávé általában őrölt pörkölt árpából és feketés színt adó cikóriatabletta főzetéből készült, mert a babkávé luxus számba ment. Kalács csak jeles ünnepeken vagy vendégváráshoz került a reggeli asztalra; természetesen otthon készült.

Budapesten 1909-ben alapították az első kenyérgyárat a Százados úton. Máig is működik. Ebben az időben a főváros lakosságának kb. 5000 mázsa kenyér volt a napi szükséglete. A röviden csak „községinek" nevezett gyár napi teljesítménye nem haladta meg a 250 mázsát. Így hát a fővárosban is kb. 1930-ig otthon dagasztották és a környékbeli pékségben süttették ki a kenyeret. Több napra való kenyeret kovászolni, bedagasztani, kiszakítani és akár otthon kemencében kisütni? Minden csak nem „játszi" munka, ha mégoly finom is a sülő kenyér illata.

A főleg csak módosabb házaknál asztalra kerülő, példának vett rántott csirkéhez, az élő baromfi nyakát otthon kellett elmetszeni, kopasztani, de még a bundázáshoz való morzsát sem lehetett készen beszerezni egészen a 30-as évek derekáig. Mozsárban törték a száraz zsemlét, majd szitálták, hogy csak a finomja kerüljön a „bundára". Kiolvasztott zsír ugyancsak a 30-as években került először forgalomba. Addig otthon olvasztották ki a zsírnak valót.

A házi cukrászkodás a süvegalakú tömbökben árusított cukor megtörésével kezdődött, mivel a porcukrot ugyancsak a 30-as években kezdték előállítani. (S mindjárt hamisítani is).

Famozsarakban, fadoronggal törték a mákot, nem lévén mákdaráló, de-mozsárban törték a diót is, mert kinek volt pénze erre a célra szolgáló őrlőt beszerezni?

Házilag kellett előállítani a túrót, a tejszínt, de még a mustárt is. Konyhában főzték a ragasztót, házilag gyártották a hólyagpapírt, sőt az ügyesebb asszonyok az arckrémüket, bőrfehérítőket, egyszerűbb patikaszereket is maguk gyártották.

S mindehhez szinte éjjel nappal melegen kellett tartani a tűzhelyet vagy ahol nagyon kellett takarékoskodni a tűzrevalóval, ott minden főzéshez, melegítéshez újra és újra be kellett gyújtani.

A valóságban tehát végkimerülésig folyt a munka a konyhában.

Ezekután fel kellene sorolni, hogy a tartósított tejtől kezdve a többféle kész kalácsig, a tisztított és testrészenként külön-külön is megvásárolható baromfiig; a töltésre kész tortalaptól a leveskockáig és a tasakos levesekig; a bundázott halszeletektől, a sütésre váró leveles tésztáig; a tisztított friss zöldségtől a dobozos virsliig; a hidegkonyha ízletes választékától a reszelt tormáig mi minden áll az egyesek szerint nem irigylésre méltó mai háziasszonyok rendelkezésére.

A víz, gáz, villany áldásosságát akkor tudjuk igazán megbecsülni, amikor valami miatt nélkülöznünk kell. Persze, kereső foglalkozás mellett ellátni a családot — ha még oly jól felszerelt is a háztartás, ha mégannyi kész- és előkészített termék áll is a rendelkezésre —, nem gyerekjáték. Bosszúság is akad bőven az ellátás ingadozása miatt. Így hát mindig akad panaszkodni való. Ha okunk van rá, panaszkodjunk, kérjük számon az ipar és a kereskedelem mulasztását. Csak egyet ne tegyünk: ne irigyeljük a hajdani háziasszonyokat. Inkább azok sorsát kívánjuk magunknak, akik két-három emberöltő múlva olvasnak jelenünkről, elnéző gyengédséggel.

Nyerges Ágnes

ELECTRICA SPECIAL

KERAVILL NDK MOSÓAUTOMATA

SZAKÜZLET • BP. VI., LENIN krt. 94.

ÁLLANDÓ BEMUTATÓ SZAKTANÁCSADÁS

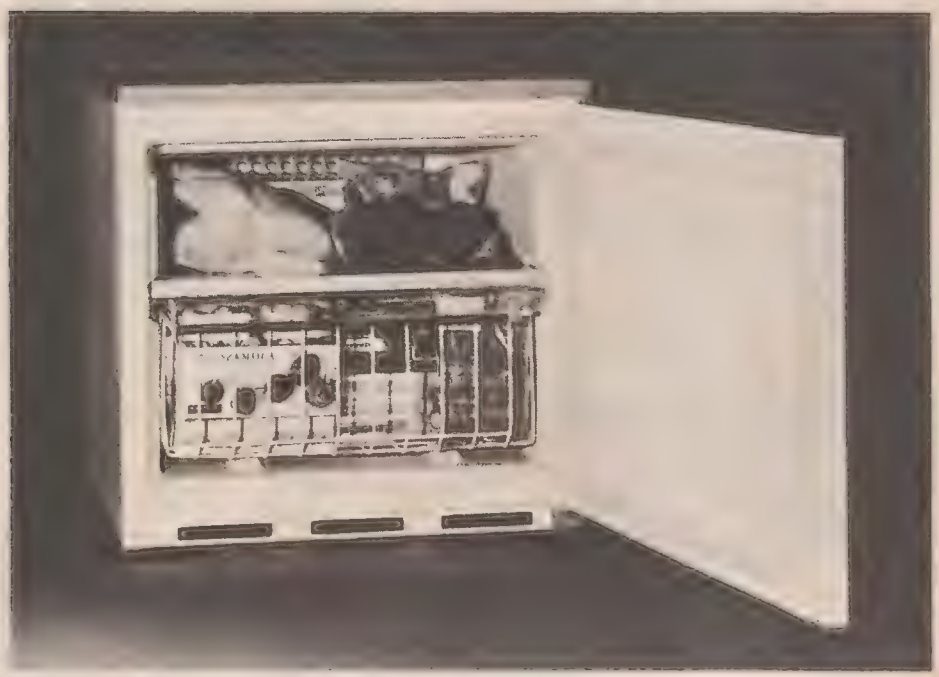
Minta utáni árusítás, díjtalan házhoz szállítás.

NDK mosógépekhez és centrifugákhoz alkatrészek kaphatók.

LEHEL

H60F ****

Háztartási fagyasztószekrény



A hazai hűtőgépipar első háztartási fagyasztószekrénye a Hűtőgépgyár saját konstrukciója.
Alapvetően két célt szolgál: fagyasztás és hosszabb időtartamú tárolás, mely célokat egyszerre elégíti ki. 10 kg napi fagyasztóképessége mellett egyidejűleg még garantáltan 15 kg már lefagyasztott áru minőségromlás nélküli tárolása lehetséges.
Jellegzetessége, hogy a szekrény teljes belső terében a hőmérséklet —18 C°, illetve az alatt van.

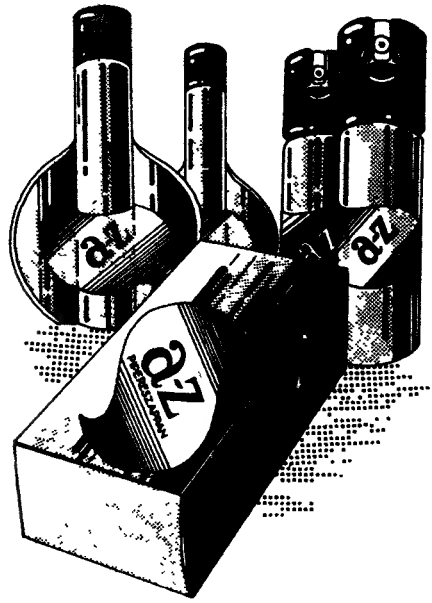
Gyártja: Hűtőgépgyár — Jászberény

Ez az!

A család minden tagjának ajánljuk a kellemes illatú „A — Z" kozmetikumokat.

Dezodort, hajlakkot, habfürdőt, sampont és szappant.

Csak nálunk kaphatók!



Centrum Áruházak

MEGKÖNNYÍTIK A DOLGÁT...

A MERKUR

KORSZERŰ AUTÓÁPOLÁSI CIKKEI

AUTÓTARTOZÉKOK, FELSZERELÉSEK

Budapest V., Martinelli tér 8.
Budapest XXI., Áfor út 4.
Debrecen, Monostorpályi út 39.
Pécs, Fürst Sándor u. 6.
Szombathely, Bajcsy-Zsilinszky u. 12.
Zalaegerszeg, Kossuth Lajos u. 7.

Százezer
árucikk
közül
választhat

a Vasedény
szaküzleteiben!

A konyhafelszereléstől
az autófelszerelési
cikkekig,
a fürdőszoba-
berendezéstől
a vasárukig,
a kertiszerszámoktól
a permetezőszerekig

mindig
talál
újdonságot
boltjainkban!

Vevőszolgálat: IX. Tolbuchin krt. 5.
Telefon: 171-511

HASZNOS TUDNIVALÓK

Az egészségügyi ellátás igénybevételéről

A magyar országgyűlés 1972-ben új egészségügyi törvényt alkotott: ez megteremtette a jogi kereteket ahhoz, hogy az állampolgárok ne a társadalombiztosítás, hanem állampolgári jog alapján részesüljenek egészségügyi ellátásban. Ezért 1975. július elseje óta valamennyi állampolgár ingyenesen jogosult az orvosi vizsgálatra, a gyógykezelésre — beleértve a fekvőbeteg-gyógyintézeti-kórházi gyógykezelést és a gyógyfürdőkezelést is — a szülészeti és a mentőellátásra; meghatározott összegű térítés ellenében pedig gyógyszerre, gyógyászati segédeszközre és fogpótlásra.

A szocialista társadalom védi a lakosság egészségét és — ha megbetegszenek — biztosítja egészségük és munkaképességük helyreállítását. Azt a szociális biztonságot, hogy az egyén gyógyulása nem függ anyagi helyzetétől — s ha munkaképtelenné válik, élete akkor sem kilátástalan — csak szocialista társadalom adja meg a dolgozóknak.

Az egészségügyi ellátás és a lakosság kapcsolatát jól tükrözi az egészségügyi hálózat igénybevétele. A járóbetegellátásban évente 148 millió esetben fordulnak orvoshoz, a fekvőbetegeket ellátó gyógyító intézményekben évente csaknem kétmillió beteget gyógyítanak, ápolnak, kezelnek.

A körzeti egészségügyi szolgálat

Az ország területe orvosi körzetekre tagozódik. Mintegy négyezer körzeti orvos dolgozik. Munkatársaik: a körzeti ápolónő, az asszisztensnő, az orvosírnok — s ahol körzeti gyermekgyógyász nincs — a körzeti védőnő.

A körzeti orvos feladatköre: a betegek vizsgálata, gyógykezelése, gondozása. A rászorultakat kórházba, vagy a szakorvosi rendelőintézetbe utalja. Elbírálja az alkalmazottak és a betegségi segélyre jogosult termelőszövetkezeti tagok keresőképességét. Ha területén körzeti gyermekorvosi, illetve nőgyógyászati szakellátás nincs, akkor a körzeti orvoshoz kell fordulni a beteg csecsemő-

vel és a kisgyermekkel, úgyszintén a terheseknek is tanácsért, gondozásért.

A rendelés helye és ideje: a helyi adottságoktól függően a körzeti rendelő a szakorvosi rendelőintézetben, vagy a körzeti egészségügyi központban, az egészségházban kap helyet. Ha nincs körzeti rendelő, az orvos lakásával közös telken épített és a tanács által fenntartott rendelőben működik a szolgálat.

A rendelési idő munkanapokon 4 óra. A betegek fogadási sorrendjét ellátásuk sürgőssége, illetve az érkezés vagy az előjegyzés sorrendje határozza meg.

A járóképes betegek, a kötelező alkalmassági orvosi vizsgálatra jelentkezők, a gondozott idült betegek vizsgálatát, a szűrővizsgálatokat és a gyógykezelést általában a körzeti rendelőben végzik el.

A fekvő beteget otthonában körzeti orvos vizsgálja, gyógykezeli. Általában reggel 9 óráig kell értesíteni a hívásról. Sürgős esetben bármikor elfogadják a bejelentést. A bejelentett és előjegyzett fekvő betegeket, a sürgősség sorrendjében, a hívás napján látogatja meg.

Az ügyeleti szolgálat is megoldódott hazánkban. A körzeti orvosi rendelés napi nyolcórás munkáján kívül 16 órában, valamint a heti pihenő- és munkaszüneti napokon körzeti orvosi ügyeleti szolgálat működik. Ha a beteg vagy a sérült járni tud, akkor a rendelőben keresi fel az ügyeletes orvost. Ha ágyhoz kötött, a hozzátartozók hívására az ügyeletes a lakásban vizsgálja meg a beteget, intézkedik gyógykezeléséről, ha szükséges gyógyintézeti elhelyezéséről.

A körzeti orvos, illetve az ügyeletes végzi a halottvizsgálatot is, kiállítja a halotti bizonyítványt, és intézkedik az elszállításról.

A körzeti alapellátás kiterjedése teszi mindenki számára valóban hozzáférhetővé az ingyenes orvosi ellátást. Egy körzeti orvosra mintegy két és fél ezer lakos jut, ezért a körzeti orvost mindinkább családi orvosnak lehet tekinteni.

A körzeti gyermekorvosi szolgálat

Az országban ezernél több gyermekszakorvosi körzet van, a 0—14 éves korú gyermekek ötvenöt százalékát részesíti szakorvosi ellátásban.

A körzeti gyermekgyógyász a csecsemőket általában otthonukban látja el. Az újszülöttet, a szülőintézetből történt elbocsátása után hat napon belül, a koraszülöttet 48 órán belül látogatja meg és veszi gondozásba.

Ha a beteg gyermek járóképes, illetve ha a szülő el tudja vinni, akkor az orvos a rendelőben vizsgálja meg, ha ágyhoz kötött, a lakáson keresi fel.

Az új-, illetve koraszülöttet az orvos és a védőnő rendszeres időközönként ellenőrzi, tanácsot ad a kicsi gondozására, étkeztetésére, nevelésére.

A körzeti gyermekorvos utalja kórházba, szakrendelésre a beteg gyermeket, ő végzi a kötelező szűrővizsgálatokat, hozzá kell fordulni bizonyítványért a bölcsődei és óvodai felvétel előtt. Ő veszi keresőképtelen állományba az anyát, ha gyermeke otthon ápolásra szorul.

A körzeti gyermekgyógyász általában naponta 2—4 órát rendel és heti négy órában tanácsadást végez.

Rendelőintézeti ellátás

Az állampolgárok a területi elv alapján vehetik igénybe a szakorvosi rendelőintézetet, amelynek fő feladata a járóbetegek szakorvosi ellátása, vizsgálata. Itt végzik a szükséges diagnosztikus vizsgálatokat, és a fizikoterápiás kezelést. A beteg a lakóhelye, szállása vagy munkahelye szerinti szakorvosi rendelőintézetben jogosult a vizsgálatra, gyógykezelésre. Egyes rendeléseket csak a körzeti orvos beutalójával, másokat közvetlenül is igénybe vehet.

Orvosi beutaló nélkül a következő szakrendelésekhez fordulhat: nőgyógyászati és terhes-szaktanácsadói hálózat; tébécé-; bőr- és nemi; és onkológiai; ideg- és elmebeteggondozó intézet; körzeti szülész és gyermekgyógyász; csecsemő- és gyermekgyógyászat; fogászat; sebészet; szemészet; orr-fül- és gégeosztály szakrendeléseit.

Az illetékes orvos beutalásával vehető igénybe: a belgyógyászat, az EKG-rendelés, az ideggyógyászat; a laboratórium, az ortopédia, a reumarendelés; a röntgen és az urológia.

Szakorvosi beutalás kell a következő rendelésekhez: fizikó- és hidroterápia (vízgyógyászat), fogászati röntgen, otoneurológia, pszichoterápia, röntgenterápia, szájsebészet.

A szakorvosi ellátás sajátos formája vidéken a mozgó szakorvosi szolgálat, amely a szakorvosi ellátást közelebb viszi a lakossághoz. Meghatározott helyen és időben, a rendelőintézet székhelyén kívül működik.

A járóbeteg-ellátás intézményei a gondozóintézetek (például a tüdőbeteg, bőr, nemi beteg stb.). Ezek az intézmények a kórház-rendelőintézeti egység, illetve az önálló rendelőintézet részei, feladatuk általában megegyezik a szakorvosi rendelések általános feladataival. Néhány tevékenységük és munkamódszerük azonban eltér tőlük: például kötelezhetik betegüket a rendelésen való megjelenésre, gyógykezelésre, gondozásra.

Fekvőbeteg-ellátás

Az egészségügyi ellátás fontosabb eszköze a fekvőbeteg-gyógyintézet. A kórházi ágyellátottság fejlődését tükrözi, hogy míg 1938-ban csak 48 300 ágy volt, addig 1977-re ez a szám 92 500-ra emelkedett, annak ellenére, hogy a kórházi ágyaknak csaknem a fele elpusztult a második világháború alatt. 1978 végén 93 000 volt a szervezett ágyszám, ami azt jelenti, hogy 10 ezer lakosra 86,9 ágy jutott. Mindez azonban nem elegendő, ezért nagy a zsúfoltság, olykor hosszabb időt is ki kell várni a nem heveny betegségben szenvedőknek gyógyintézeti ágyra.

A beteget kórházba utalják, ha csak ott biztosítható korszerű kezelése, kivizsgálása. Az állampolgárt a kórházi vizsgálat és gyógykezelés a lakóhelye szerinti illetékes kórházban, illetve abban a kórházban illeti meg, ahová a körzeti orvos beutalta. Indokolt esetben kérheti, hogy ne az illetékes intézménybe utalják, de felvétele nem előzheti meg az oda illetékes és sürgősebb ellátást igénylő felvételét.

A fővárosban területi ágygazdálkodást vezettek be. A belgyógyász csoportvezető főorvosok területéről a betegek csak az úgynevezett sávkórházba, illetve osztályra utalhatók be. Ugyancsak meghatározott osztályokra irányítanak a rendelőintézetek szakorvosai is. Életveszély esetén az illetékes osztály vagy a központi ágynyilvántartó által megjelölt betegosztály veszi fel a rászorultat. Egyes szakokon — például a baleseti sebészeten — egy-egy területre vagy az egész fővárosra kiterjedő ügyeleti beosztás szerint történik a felvétel.

A főváros területén kívül lakó betegek ugyancsak a lakóhely szerint illetékes kórházba vagy klinikára utalhatók be. Más intézménybe, klinikára csak a jogszabályban meghatározott vagy egyéb indokolt esetben utalnak be.

A gyógyfürdő-kórházak igénybevétele

Gyógyfürdő-kórházba és magaslati gyógyintézetbe a beutalást — meghatározott keretből — a szakorvosi rendelőintézet és az üzemi szakorvosi rendelő adja. A szakorvos két példányban orvosi javaslatot állít ki, ennek alapján a rendelőintézet vezető főorvosa dönt a beutalásról.

Az Országos Mentőszolgálat

Az OMSZ életmentésre, betegszállításra, elsősegélynyújtásra és egyéb meghatározott feladatokra vehető igénybe.

1978 végén 925 mentőgépkocsival rendelkeztek a mentőállomások, ebből 891 rádiós telefonos kocsi volt. A mentőfeladatok száma 1978-ban 1 860 238 volt, az előző évhez képest 5,8 százalékkal emelkedett. A mentőfeladatoknak több mint 80 százalékát a vidéki mentőszervezetek, 19 százalékát a budapesti hálózat látta el.

A mentők igénybevételéről a jelenlévő orvos vagy más szakképzett egészségügyi dolgozó intézkedhet. Ha sem

orvos, sem más egészségügyi nincs jelen, és haladéktalanul nem érhető el, a mentőket bárki értesítheti.

Baleset, mérgezés, nagyfokú vérzés vagy öngyilkosság esetén, illetve ha valaki egyéb okból életveszélyes állapotba került, továbbá megindult szüléskor bárki kérheti a mentők segítségét.

A mentők betegszállításra akkor vehetők igénybe, ha a beteget gyógyintézetbe vagy gyógyintézetből lakásba kell szállítani. A gyógyintézeti szállításnál az orvosnak kell igényelni a mentőt, ha megítélése szerint a beteg járóképtelen vagy egyéb okból csak mentővel szállítható, továbbá ha a szülő nőnél a szülés megindult.

A mentés vagy a betegszállítás az OMSZ területileg illetékes mentőállomásától igényelhető telefonon, személyesen vagy írásban. Külföldre vagy külföldről történő betegszállítás iránti kérelmet az OMSZ Főigazgatóságához kell benyújtani.

A gyógyszerellátás

A lakosság gyógyszerellátása az egészségvédelem egyik fontos tényezője. A hazai gyógyszergyártás a korszerű gyógyítás szükségleteit csaknem teljes egészében ki tudja elégíteni. A közforgalmú gyógyszertárakban kiadott gyógyszerek értéke 1951-ben még nem érte el az 500 millió forintot, 1976-ban viszont már meghaladta a hatmilliárd forintot, ezenkívül a kórházakban felhasznált gyógyszerek értéke 1976-ban 1,4 milliárd forint volt. Az 1977-ben bevezetett új gyógyszertérítési rendszer csökkentette a körzeti orvosok forgalmát, egyszerűsítette a lakosság gyógyszerszükségletének kielégítését.

Az állami egészségügyi ellátás keretében, állampolgári jog alapján, az illetékes orvos által rendelt gyógyszerért gyógytápszerért, védő- és oltóanyagért, kötszerért és gyógyvízért a fogyasztói ár 15 százalékát, de legalább két forint terítést kell fizetni. Nem kell fizetni érte, ha azt a kórház vagy más intézmény az ellátmányából adja.

A járóbeteg-ellátás keretében a gyógyszerek beszerezhetőség szempontjából három csoportba tartoznak: 1. Vény nélkül kapható gyógyszerek. 2. Csak vényre, az orvos rendelkezése szerint legfeljebb háromszor kiadható gyógyszerek (a vény három hónapig érvényes). 3. Csak vényre, egyszeri alkalomra kiadható gyógyszerek.

A gyógyászati segédeszközök

Gyógyászati segédeszközt az állampolgári jog alapján az illetékes orvos rendelhet a betegnek. A rendelhető eszközöket és a rendelés előírásait az Egészségügyi Minisztérium jogszabályban rögzítette. A Gyógyászati Segédeszközök Gyára által előállított ortopédiai és protetikai eszközöket a gyár által kibocsátott füzetek ismertetik.

Az állampolgári jog alapján rendelt gyógyászati segédeszközért, valamint annak javításáért az állampolgár térítést fizet. Ennek mértéke általában az eszköz árának 15 százaléka. Ha valaki a rendelhetőtől eltérőt kíván, az a különbözetet megfizeti.

Nem kell térítést fizetni a szakmunkástanulónak, annak, aki üzemi baleset vagy foglalkozási betegség miatt szorul rá a segédeszközre. Továbbá a gyógykezelésre kötelezett hadkötelesnek, illetve azoknak, akik az 1/1958. (III. 23.) MüM sz. rendelet alapján jogosultak ellátásra, kivéve a hallásjavító készüléket, a kontaktlencsét, a gumiharisnyát; ezekért térítést kell fizetni.

Utazási költség térítése

A betegnek az állami egészségügyi szolgálat igénybevételéhez szükséges utazási költséget megtérítik. Általában a legolcsóbb közlekedési eszköz (kocsiosztály) igénybevételével kapcsolatban felmerült útiköltséget (2,50 forint, oda-vissza utazáskor 5 forinton felüli összeget kell megtéríteni). Üzemi baleset vagy foglalkozási betegség miatt felmerült utazási költséget — ha az meghaladja az oda-vissza utazásnál a 3 forin-

tot, teljes egészében kifizetik. A járóképtelen betegnél az értékhatár alatti költséget is meg kell fizetni.

A kocsin, bérautón megtett út útiköltségét csak akkor térítik vissza, ha nincs vasút, hajó- vagy autóbuszjárat, és az út négy kilométernél hosszabb.

Teljes egészében jár az útiköltségtérítés a kórházba vagy onnan a lakásra történő utazáskor, a nappali szanatóriumban ápolt állampolgárnak, a kórházban lévő kicsinyét szoptató anya részére, vak, vagy járóképtelen ember kísérőinek.

A táppénz

A biztosított dolgozónak joga van ahhoz, hogy ha megbetegszik, és munkaképtelennek érzi magát — illetékes orvosától táppénzes állományba vételét kérje.

A biztosítottak keresőképességének elbírálására és táppénzes állományba helyezésére jogosultak a körzeti orvosok, a nőgyógyászati, az orr-torok-gége és fülgyógyászati, a sebészeti, a szájsebészeti, a szemészeti, az urológiai, a csecsemőgyermekgyógyászati, a reuma és Budapesten a terhesvédelmi szakrendelések, továbbá a bőr-nemibeteg-gondozók és tüdőgondozóintézetek, valamint az üzemi orvosok és az éjjeli szanatóriumok orvosai.

A felsorolt orvosok attól a naptól helyezik táppénzbe a beteget, amely napon a biztosított náluk jelentkezett. Felülvizsgálat nélkül a beteget csak a legközelebbi, heti orvosi felülvizsgálat napjáig tarthatják betegállományban. Ha az orvos keresőképesnek ítéli a beteget, de ezzel a beteg nem ért egyet, úgy kérheti felülvizsgálatra küldését. A felülvizsgálat a biztosított saját felelősségére történik. Amennyiben a felülvizsgálat őt keresőképesnek tartja, a vizsgálat napjára vagy napjaira táppénzt, vagy útiköltséget nem kaphat.

Fekvő beteget az otthonában látogatja meg a körzeti orvos, s ott dönt keresőképességéről is. Kórházi ápolás utáni keresőképtelenséget a táppénzes állományban tartó orvos igazolja.

Az üzemorvos általában egy napra vehet betegállományba. Ennél hosszabb ideig tartó keresőképtelenség esetén a beteget a körzeti orvoshoz vagy szakrendelésre kell küldeni. Számos főállású üzemorvos táppénzbe vételi jogát azonban kiterjesztették. Ezek az üzemorvosok az üzemhez tartozó — előzetesen kijelölt területen lakó — járóbeteg dolgozókat maguk tartják táppénzes állományban, és a gyógykezelést is maguk végzik. Ha a beteg más területen lakik vagy nem tud bejárni az üzemi rendelőbe, akkor a lakóhely szerinti körzeti orvos tartja betegállományban. Ugyancsak a körzeti orvoshoz tartoznak a fekvő betegek is. Ha járóképessé válik, a körzeti orvos az üzemi orvoshoz utalja további táppénzes állományba vétel és gyógykezelés céljából. Az üzemi orvos a kijelölt területen lakó biztosított beteget legfeljebb három napra veheti táppénzes állományba.

Gyermekápolás címén a körzeti gyermekszakorvos vagy gyermekszakrendelés, vagy a körzeti orvos helyezi táppénzes állományba a biztosított anyát.

Vidéki tartózkodási engedélyt kérhet a beteg, hogy — keresőképtelenségének ideje alatt meghatározott ideig, de legfeljebb 28 napig — lakásától távol, más városban, községben éljen. Az engedélyt akkor kapja meg, ha ez gyógyulását nem hátráltatja, illetve ott is adottak a gyógyuláshoz szükséges feltételek. Az új tartózkodási helyen a betegnek jelentkeznie kell a körzeti, illetve szakorvosnál, de felülvizsgálatra nem kell mennie.

A táppénzre jogosultak köre

Táppénz annak jár, aki a biztosítás tartama alatt vagy a biztosítás megszűnését követő első, vagy második napon válik keresőképtelenné;

ha legalább 180 napon át megszakítás nélkül volt biztosítva, s a biztosítás megszűnése utáni második napon túl, de 15 napon belül válik keresőképtelenné;

ha a biztosítás megszűnését követően baleseti táppénzben vagy terhességi-gyermekágyi segélyben részesül, s ha annak megszűnését követően lesz keresőképtelen.

Keresőképtelennek tekintik azt, aki — betegsége miatt — munkáját nem tudja ellátni;

aki terhessége, illetve szülése miatt nem tud dolgozni, de nem jogosult terhességi-gyermekágyi segélyre;

az anyát, aki kórházban ápolt kicsinyét szoptatja;

azt az anyát vagy egyedülálló apát, aki hatévesnél fiatalabb beteg gyermekét ápolja;

azt, akit közegészségügyi okokból foglalkozásától eltiltanak és más beosztást nem kap.

Az a dolgozó nő, aki terhességi-gyermekágyi segélyre az előírt biztosítási idő (270 vagy 280 nap) hiányában nem jogosult, betegsége miatt azonban az illetékes orvos megállapítása szerint keresőképtelen, a szülés előtt, a gyermekágyi időszakban és azt követően is jogosult táppénzre.

A táppénz időtartama: Táppénz a keresőképtelenség idejére jár. Legfeljebb azonban egy, gümőkóros megbetegedésnél esetenként két éven át. Egyévesnél fiatalabb gyerek szoptatása illetve ápolása címén a gyerek egyéves koráig, az egyévesnél idősebb, de háromévesnél fiatalabb gyermek ápolása címén évenként és gyermekenként hatvan napon át; a háromévesnél idősebb, de hatévesnél fiatalabb gyermek ápolása címén és gyermekenként 30, egyedülállónak 60 napon át.

A táppénz mértéke: Ha a dolgozó két év óta megszakítás nélkül biztosított, táppénzként a napi átlagkereset 75 százalékát kapja. Akinek nincs két év megszakítatlan biztosítása, az 65 százalékos táppénzre jogosult.

A kórházi ápolás idejére, akinek eltartott hozzátartozója van, az általában járó táppénznek a 90 százalékát, akinek ilyen hozzátartozója nincs, az a táppénznek a 70 százalékát kapja. A kórházból való elbocsátás napjára teljes táppénz jár.

A baleseti táppénz időbeli korlátozás nélkül mindaddig jár, amíg a sérült az üzemi baleset következtében keresőképtelen. A táppénz mértékére és összegére általában a táppénzre vonatkozó szabályokat alkalmazzák.

Munkaképesség-csökkenés megállapítása

Az üzemi balesetből és a foglalkozási betegségből eredő munkaképesség-csökkenés mértékét — az igényelbíráló szerv megkeresésére — a munkaképesség-csökkentést véleményező orvosi bizottságok állapítják meg. A bizottságok határozzák meg, hogy milyen mértékű (hány százalék) és ennek megfelelően a dolgozó melyik járadékfokozatba vagy — 66 százalékot meghaladó munkaképesség-csökkenés esetében — melyik rokkantsági csoportba tartozik. Ők állapítják meg azt is: van-e összefüggés az üzemi baleset (foglalkozási betegség) és a munkaképesség-csökkenés között.

Az orvosi bizottságok első és másodfokúak. Az első fokú bizottság az alapeljárás során, a másodfokú bizottság pedig akkor nyilvánít véleményt, ha az igénylő felszólal az első fokú bizottság határozata ellen.

Első fokú bizottság, valamennyi megyeszékhelyen és minden olyan városban — a rendelőintézetnél vagy a kórháznál — működik, ahol a SZOT Társadalombiztosítási Főigazgatóságának megyei igazgatósága, illetve kirendeltsége van. Másodfokú orvosi bizottság Budapesten, Miskolcon, Debrecenben, Szegeden, Pécsett, Szombathelyen és Győrött működik a megyei, illetve a városi rendelőintézetekben.

Mindkét szintű bizottság a rokkantságról és a munkaképesség-csökkenésről, általában az igénylő közvetlen vizsgálata alapján ad véleményt. Ha szükséges, kiegészítő vizsgálatra küldi.

1979-ben naponta átlagosan 243 000 dolgozó volt betegség, baleset, illetve gyermekápolás miatt táppénzen: az összlétszám 5,7 százaléka. Táppénzre 8,1 milliárd forintot folyósítottak. 457 millió forinttal többet, mint 1978-ban.

Összeállította: Sz. Kertész Katalin

Genetikai tanácsadók

Budapest

János Kórház, Gyermekosztály (1125 Budapest, XII., Diósárok u. 1.) Tanácsadó orvos: dr. Vass Miklós. Ideje: kedd 14—18 óra, csütörtök 15—17 óra. Ellátási területe: Budapest I., II., III., XII. kerület.

Schöpf-Merei Ágost Kórház és Anyavédelmi Központ (1092 Budapest, IX., Knézich u. 14.) Tanácsadó orvos: dr. Horváth László. Ideje: hétfő és péntek 16—19 óra, szerda 10—12 óra. Ellátási területe: IX., XI., XIX., XX., XXI., XXII. kerület.

Országos Közegészségügyi Intézet Humángenetikai Laboratórium (1966 Budapest, IX., Gyáli u. 2—4.) Tanácsadó orvos: dr. Osztovics Magda és dr. Kiss Péter. Ideje: szerda 15—16 óra. Ellátási területe: Budapest.

Orvostovábbképző Intézet, Szülészeti és Nőgyógyászati Tanszék. (1389 Budapest, XIII., Szabolcs u. 35.) Tanácsadó orvos: dr Ibránszky Antal. Ideje: kedd, csütörtök 15—18 óra. Ellátási területe: Budapest IV., XIII., XV. kerület, Fejér megye, Veszprém megye.

Semmelweis Orvostudományi Egyetem II. sz. Gyermékklinika. (1094 Budapest, IX., Tűzoltó u. 7—9.) Tanácsadó orvos: dr. Dobos Matild, dr. Fekete György és dr. Szollár Judit. Ideje: kedd 13—16,30 óra, szerda 13—17 óra. Ellátási területe: Budapest VI. kerület, Pest megye.

Semmelweis Orvostudományi Egyetem II. sz. Női Klinika. (1089 Budapest, Üllői u. 78/A.) Tanácsadó orvos: dr. Czeizel Endre. Ideje: hétfő 16—17 óra, szerda 10—12 óra. Ellátási területe: Budapest V., VII., VIII., X., XIV., XVI., XVIII. kerület, Komárom megye, Nógrád megye.

Debrecen

Orvostudományi Egyetem, Női Klinika (4012 Debrecen, Nagyerdei krt. 98.) Tanácsadó orvos: dr. Papp Zoltán, dr. Csécsei Károly és dr. Horváth Klára. Ideje: hétfő, kedd csütörtök 11—13 óra. Ellátási területe: Borsod-Abaúj-Zemplén megye, Hajdú-Bihar megye, Heves megye, Szabolcs-Szatmár megye.

Győr

Megyei Kórház, Gyermekosztály (9023 Győr, Magyar u. 8.) Tanácsadó orvos: dr. Méhes Károly és dr. Meggyessy Veronika. Ideje: csütörtök, péntek 13—15 óra. Ellátási területe: Győr-Sopron megye.

Pécs

Orvostudományi Egyetem, Gyermekklinika (7623 Pécs, József A. u. 7.) Tanácsadó orvos: dr. Kosztolányi György és dr. Károlyi György. Ideje: péntek 14—16 óra.

Orvostudományi Egyetem, Női Klinika (7624 Pécs, Édesanyák u. 17.) Tanácsadó orvos: dr. Vereczkey Gábor. Ideje: kedd, péntek 14—16 óra. Ellátási területe mindkettőnek: Baranya megye, Somogy megye, Tolna megye.

Szeged

Genetikai tanácsadó (6720 Szeged, Híd u. 6. I. em.) Tanácsadó orvos: dr. Szemere György és dr. Szél Éva. Ideje: hétfő, péntek 17—19 óra. Ellátási területe: Bács-Kiskun megye, Békés megye, Csongrád megye, Szolnok megye.

Szombathely

Megyei Kórház, Csecsemő- és Gyermekosztály (9701 Szombathely, Hámán K. u. 28.) Tanácsadó orvos: dr. Cholnoky Péter és dr. Szabó László. Ideje: szerda 13—16 óra. Ellátási területe: Vas megye, Zala megye.

Tapolca (alközpont)

Városi Kórház, Szülészeti Osztály (8300 Tapolca, Ady E. u. 1.) Tanácsadó orvos: dr. Gardó Sándor. Ideje: kedd 11—14 óra. Ellátási területe: Veszprém megye.

Zalaegerszeg (alközpont)

Megyei Kórház, Gyermekosztály (8901 Zalaegerszeg). Tanácsadó orvos: dr. Vessely Judit. Ideje: kedd 8—11 óra, csütörtök 13—15 óra. Ellátási területe: Zala megye.

Tanácsadói irodák

A Magyar Vöröskereszt több évvel ezelőtt hozta létre a társadalmi tanácsadó szolgálatát Budapesten, ahol felkészült szakemberek adnak tanácsot a szellemi fogyatékosok szüleinek, hozzátartozóinak. A budapesti tapasztalat azt mutatja, hogy sokkal többen kívánják igénybe venni a szakemberek tanácsait. Ezért a Magyar Vöröskereszt újabb 3 megyében szervezte meg a tanácsadói szolgálatát.

Alább közöljük mind a négy tanácsadó szolgálat címét és fogadási (rendelési) idejét.

Csongrád megye:

Rendelés helye: Siketek Általános Iskolája Szeged, Bécsi krt. 38.
Rendelés ideje: Minden páros szombaton reggel 8—12 óráig.
Gyógypedagógus szaktanácsadó neve: Megyeri Pálné.
Levélcím: Magyar Vöröskereszt Csongrád megyei vezetősége 6701 Szeged, Lenin krt. 47.

Hajdú-Bihar megye:

Rendelés helye: Magyar Vöröskereszt Hajdú-Bihar megyei vezetősége Debrecen, Vörös Hadsereg u. 32.
Rendelés ideje: Minden hónap utolsó péntekén reggel 8—14-ig.
Gyógypedagógus szaktanácsadó neve: Kovács István.
Levélcím: Magyar Vöröskereszt Hajdú-Bihar megyei vezetősége 4024 Debrecen, Vörös Hadsereg u. 32.

Baranya megye:

Rendelés helye: Magyar Vöröskereszt Baranya megyei vezetősége Pécs, Kossuth tér 3/a.
Rendelés ideje: Minden páros héten csütörtök délután 16—18 óráig.
Gyógypedagógus szaktanácsadó neve: dr. Fekete Béla.
Levélcím: Magyar Vöröskereszt Baranya megyei vezetősége, 7621 Pécs, Kossuth tér 3/a.

Budapesti Iroda:

Rendelés helye: Magyar Vöröskereszt I. kerületi vezetősége, Bp., I., Bem rkp. 6.
Rendelés ideje: Minden páros héten csütörtök délután 15—18 óráig.
Gyógypedagógus szaktanácsadó neve: Bujdosó Balázs.
Levélcím: Magyar Vöröskereszt Országos Vezetősége, egészségvédelmi és propagandaosztály, 1367 Bp., 5. Pf.: 121.

Elsősegélynyújtás képekben

A korszerű elsősegélynyújtás fontosságáról és jelentőségéről filmekben, tankönyvekben, valamint egyéb kiadványokban gyakran láthatunk, hallhatunk és olvashatunk.

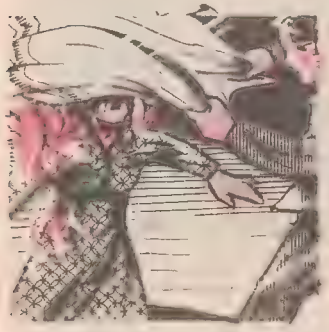
A sokszor emlegetett „rohanó életritmus" egyre több veszélyt jelent a balesetek és egyéb sérülések vonatkozásában. Ezért kell valamennyiünknek felkészülnünk arra, hogy képesek legyünk a legváratlanabb helyzetben is egy-egy egyszerű — de szakszerű — beavatkozással segíteni bajba jutott embertársunknak lakásban, munkahelyen, utcán, mindenhol, ahol erre szükség van.

Az alábbiakban az elsősegélynyújtás legalapvetőbb beavatkozásait mutatjuk be képekben. Azok számára, akik ismerői e témáknak, az ábrákat ismétlésként szánjuk, akik pedig kevesebb ilyen jellegű ismerettel rendelkeznek, reméljük kedvet kapnak ahhoz, hogy elvégezzenek egy — a Vöröskereszt által szervezett — elsősegélynyújtó tanfolyamot. Annál is inkább, mivel az elsősegélynyújtást, csak képek alapján, nem lehet megtanulni.

Felhívjuk a figyelmet arra, hogy szükség esetén értesítsék a mentőket. Mondják el, mi történt, hol történt a baleset, hogy lehet a helyszínt megközelíteni, és ne feledjék bemondani saját nevüket.

Összeállításunkban helyet kapott a megelőzés is, mint olyan tevékenység, amely — helyes alkalmazás esetén — kizárja a sérülést, illetőleg balesetet.

Elsősegélynyújtás égési sérüléseknél



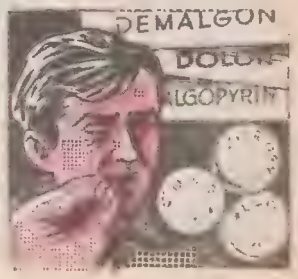
A lángoló ruházatot és tárgyakat el kell oltani

Legalább 10—15 percen keresztül folyassunk hideg vizet az égési sebre

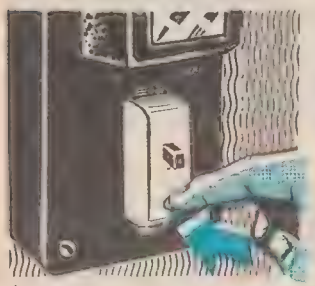
A hűtés után steril kötszerrel kössük be a sebet

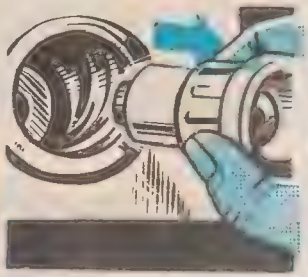
A sérült testrészt nyugalomba helyezzük, és az égés miatt kialakult folyadékveszteséget pótoljuk

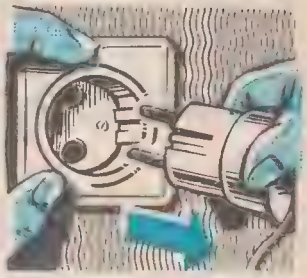
Fájdalom esetén adjunk fájdalomcsillapító tablettát

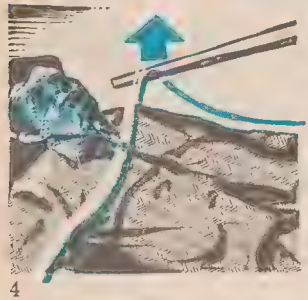


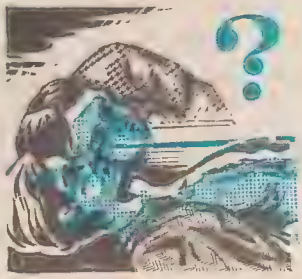
Elsősegélynyújtás elektromos áram okozta baleseteknél


1

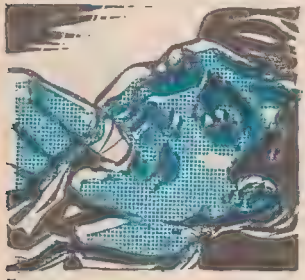

2


3

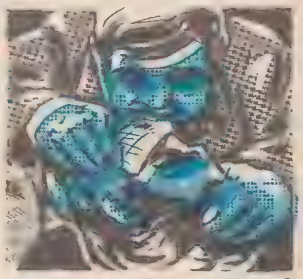

4


5

6


7

8


9

10

1—2—3. ábra: A további sérülések elkerülése érdekében végezzük el az áramtalanítást

4. ábra: Az áramütést okozó vezetéket el kell távolítani

5. ábra: Meggyőződünk arról, hogy van-e légzése a sérültnek

6. ábra: A keringés meglétéről illetőleg hiányáról a nyaki verőér tapintásával győződhetünk meg

7. ábra: A légutak szabaddá tétele érdekében tisztítsuk ki a szájüreget, távolítsuk el az idegen anyagokat (műfogsor)

8. ábra: A fulladás megakadályozása érdekében helyezzük a sérültet ún. stabil oldaltfekvő helyzetbe

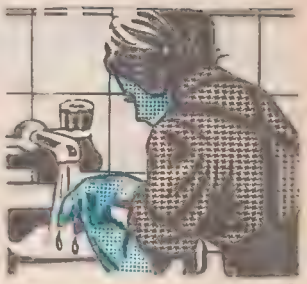
9. ábra: Légzés hiányában alkalmazzuk a szájból-orrba történő befúvásos lélegeztetést

10. ábra: A keringés újraélesztése céljából 20—30 cm magasságból ökölle mérjünk erős ütést a szívtájékra

Elsősegélynyújtás sav- és lúgmérgezés esetén

1

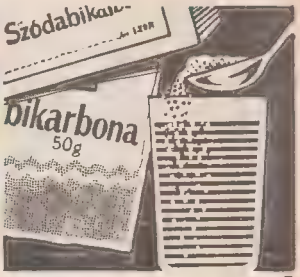
2



3

- nyálfolyás (tapadó),
- pörkös elhalás a mérgezés helyén,
- égő fájdalom.
- A savmérgezés tünetei

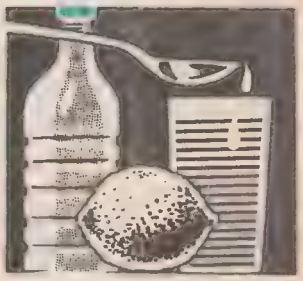
4



5

- nyálfolyás (csúszós),
- a szövetek „elfolyósodása” a mérgezés helyén,
- égő fájdalom.
- A lúgmérgezés tünetei

6



7

8

1. ábra: A mergező anyagokat úgy kell elhelyezni, hogy azokhoz gyermekek ne tudjanak hozzáférni

2. ábra: A maró anyagokkal történő tevékenység után szellőztetni kell

3. ábra: A maró anyagokat el kell távolítani

4. ábra: A gyomorba került maró mérget víz itatásával higíthatjuk

5. ábra: Közömbösítés szódabikarbónás víz itatásával

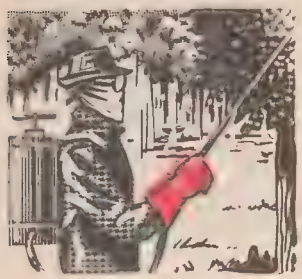
6. ábra: A gyomorba került maró mérget víz itatásával higíthatjuk

7. ábra: Közömbösítés citromos vagy ecetes vízzel

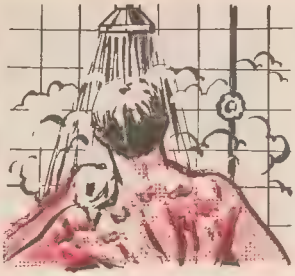
8. ábra: A szembe került maró mérgeket vízzel kell kimosni

Sav- és lúgmérgezés esetén tilos hánytatni

Elsősegélynyújtás növényvédő szeres mérgezés esetén

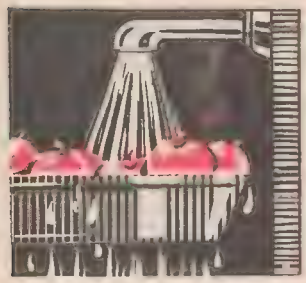


1



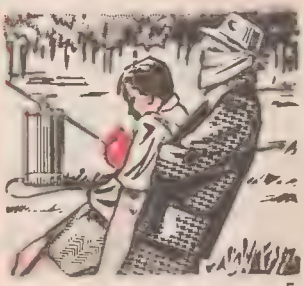
2

3



4

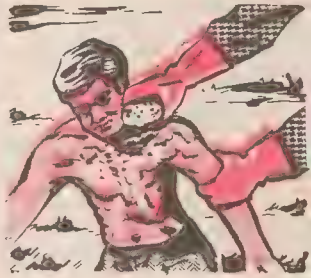
A mérgezés tünetei:
— nyálfolyás,
— hányinger,
— hányás,
— hasmenés,
— pupillaszűkület,
— rángás
a végtagizmokon,
— eszméletvesztés



5

6

7



8

9

1. ábra: A permetezést védőöltözetben végezzük

2. ábra: A permetezés után le kell fürödni, és ruhát kell cserélni

3. ábra: A bejárási tilalom komoly figyelmeztetés mindenki számára

4. ábra: A gyümölcs megmosásakor eltávolítjuk a szennyező, mérgező anyagokat

5. ábra: A sérült eltávolítása a mérgezett területről

6. ábra: A szennyezett ruha eltávolítása

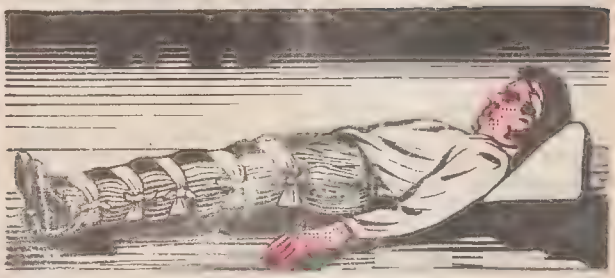
7. ábra: A szembe került mérgező anyag eltávolítása

8. ábra: A bőrre került mérgező anyag lemosása

9. ábra: Elsősegélynyújtás után a sérültet nyugalomba kell helyezni

Sérült végtagok rögzítése és vérzéscsillapítás

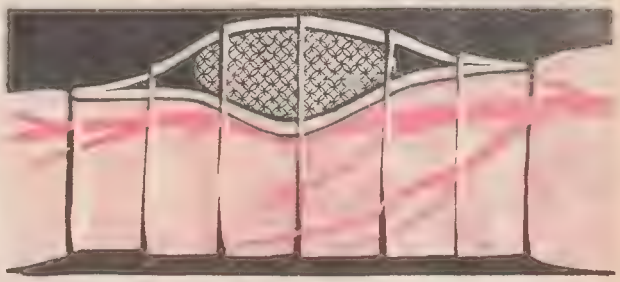
A rögzítőeszköznek legalább 2 ízületet rögzítenie kell. Sín hiányában rögzíthetünk kötszerrel is



Rögzítőeszközök hiányában az ép végtagot használhatjuk „sín"-ként

Hajszáleres vérzésnél a vér szivárog, visszeres vérzésnél lassan folyik, ütőeres vérzésnél a szív lüktetésének megfelelően spriccel

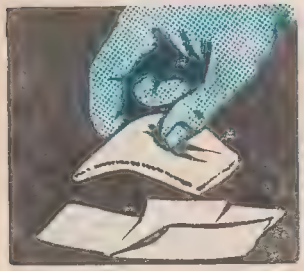
A vérzéscsillapítás ideiglenes formája az ún. nyomáspontok felkeresése



Visszeres és ütőeres vérzésnél egyaránt alkalmazni lehet a nyomókötést vérzéscsillapításként

A vérzéscsillapítás elvégzése után a sérült végtagot emeljük fel és támasszuk alá

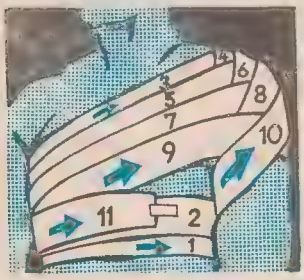
Kötözés



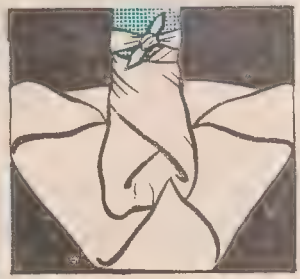
A steril kötszernek azt a részét nem szabad megfognunk, amelyet a sebre fogunk helyezni. A kötszerlapot rögzíthetjük ragtapasszal

Az egyes testtájékokat körkörös pólyamenettel is bekötözhetjük

Háromszögletű kendő alkalmazása a kézfej bekötésénél

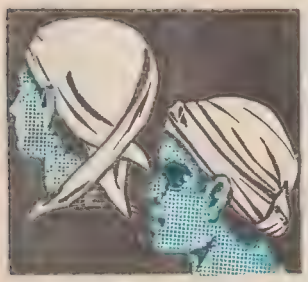


A váll és a mellkas bekötése körkörös pólyamenettel



A lábfej bekötése háromszögletű kendővel

Az ujj bekötése körkörös pólyamenettel. Parittyakötés alkalmazása



Háromszögletű kendővel a fejet is bekötheti

Szem és fül bekötése

(Szöveg: Brüll Miklós — Illusztráció Molnár Ottó)

Mindennapi mérgeink

A mindennapi életben rendszeresen jut méreg az emberi szervezetbe, s nem túlzás azt állítani, hogy ki-ki önmagát mérgezi, amikor szeszes italt fogyaszt, dohányzik vagy kávét iszik.

Azt sokan elhiszik, hogy a mértéktelen ivászkodás ártalmas az emberi szervezetre; az erős dohányos mugsinyli rosszvedélye következményeit, a kávé túlzott fogyasztása is érthetően rongálja az egészséget. Száz emberből körülbelül még 99 fogadja kétkedve azt az állítást, hogy az alkohol, a nikotin, a koffein: méreg. Hiszen milliók fogyasztják, élvezik ezeket következmény nélkül!

Az alkohol

Mindmáig nem sikerült pontosan kideríteni, hogy mikor ismerkedett meg vele az ember. A legelterjedtebb föltevés szerint már ősembereleink is kedvelték és fogyasztották a nyári melegben megerjedt alkoholtartalmú gyümölcsöket.

Az ősember nyilván véletlenül fedezte föl az érett gyümölcs különös hatását! Később valószínűleg tudatosan próbálkozott a szőlő kezdetleges feldolgozásával, esetleg a borkészítéssel is. Mi mással magyarázhatnánk különben azt, hogy a mai Olaszország, Franciaország, Svájc és Belgium területén feltárt, valamikor ősember lakta barlangokban nagy mennyiségű szőlőmagot találtak.

Az első írásos emlékek már az alkohol elterjedéséről árulkodnak. Az i. e. 3. évezred tájáról, Mezopotámiából előkerült agyagtáblácskák szövege a kenyeret és a sört együtt említi. Egy ókori egyiptomi feliraton pedig ez olvasható: „Kenyeret adtam az éhesnek, sört a szomjasnak." A részegeskedés sem lehetett ismeretlen, mert már II. Ramszesz egyiptomi fáraó törvényt hozott a részegeskedők megbüntetésére, s ő hozta létre i. e. 1350 táján az alkoholellenes társaságot is.

Az alkimisták — a vegyészek elődei — fedezték fel a középkorban, hogy a vizzel kevert alkohol sok olyan anyagot felold, amely vízben nem oldódik. Úgy vélték, hogy ez a folyadék az élet régóta keresett elixírje, s ezért aqua vitae-nek (az élet vizének) nevezték el.

A középkorban az alkoholt még mindenfajta betegség gyógyítására ajánlották Ma már csak elvétve alkalmazzák gyógyszerként.

Jelenleg a világ minden országában készítenek szeszes italokat, még a mohamedán országokban is, ahol pedig a szent könyv, a Korán tiltja a hívőknek az alkoholfogyasztást.

Elképesztően sok alkoholt eresztenek le torkukon az emberek. Sörből csaknem 800 millió, borból több mint 340

millió, tömény szeszes italból pedig (százszázalékos alkoholra átszámítva) mintegy 30 millió hektoliter fogy évente a világon. 1970-ben 21 európai (Olaszország, Franciaország, Spanyolország, Portugália, az NSZK, Ausztria, Svájc, Dánia, Finnország, Norvégia, Svédország, Belgium, Hollandia, Luxemburg, Nagy-Britannia, Írország, Magyarország, az NDK, Csehszlovákia, Lengyelország, Jugoszlávia) és négy tengerentúli országban (az USA, Kanada, Ausztrália, Új-Zéland) összesen annyi sör, bor és tömény szeszes ital fogyott el, hogy abszolút (százszázalékos) alkoholra átszámítva 12,75 liter jutott volna ez országok minden 15 évesnél idősebb lakosára.

Mi túlteszünk az átlagon: az 1960. évi 5,82 literrel szemben 1974-ben már 10 liternél több abszolút alkohol jutott minden magyar állampolgárra — a csecsemőket is beleértve! A nemzetközi alkoholfogyasztási statisztikában az egy főre jutó abszolútakohol-világranglistán a tizedik (a szocialista országok között az elsők), a tömény szeszes italokén a másodikok, sörivásban pedig európai ötödikek vagyunk.

Nem tápanyagok

Régóta tudjuk, hogy az alkohol a szervezet számára hasznosítható energiaforrás, elégésekor (oxidálódásakor) ugyanis energia válik szabaddá. Akár kaloriméterben, akár az élő szervezetben „ég el" az etil-alkohol, grammonként 7,1 kalória energiát ad.

Téves az a nézet, hogy a szeszes italoknak számottevő tápértékük van. A sörben és a borban van ugyan egy kevés szénhidrát, szerves sav, aromaanyag és ásványi só, sőt, a sörben kevés B-csoportbeli vitamin is, de a szeszes italok nem tápanyagok! Habár tetemes mennyiségű kalóriát adnak — tápértékük gyakorlatilag nulla. Ez az oka annak, hogy sok idült alkoholista rosszul táplált, lesoványodik és vitaminhiányban szenved, amelynek a szövődményei — például a B_1-vitamin hiánya miatt fellépő ideggyulladás — fölfedezhetők rajtuk.

A megivott alkohol 20 százaléka a gyomorból, 80 százaléka a vékony- és vastagbélből szívódik föl.

Az alkohol felszívódása az ital lenyelése után azonnal megkezdődik. Az italhoz nem szokott ember ezért lesz már néhány perc múlva „szalonspicces", vagyis már nem józan, de még elviselhető, akár társaságban is. Nagy mennyiségű alkohol teljes felszívódásához és hatásának érvényesüléséhez 2—6 órára, esetleg még ennél is hosszabb időre van szükség.

A felszívódás sebessége függ: a szeszes ital fajtájától, mennyiségétől, töménységétől; attól, hogy van-e táplálék a gyomorban; továbbá az ivás időtartamától és egyéni sajátosságoktól. A leggyorsabban a szénsavat tartalmazó italok (habzóbor, pezsgő) hatnak. Valamivel lassabban jelentkezik a sör hatása, mert a benne lévő kísérőanyagok késleltetik az alkohol felszívódását. A legtöbb táplálék szintén lassítja az alkohol felszívódását. Ebből a szempontból különösképpen a gyomor nyálkahártyáját bevonó zsíros ételeknek és a tejnek van jótékony hatása.

A gyomorból fel nem szívódott alkohol a bélrendszerbe, onnan teljes mennyiségben a vérbe jut, amely azután a test minden zugába elszállítja. Már az ókori népek is felismerték, hogy az alkohol áthatol még a méhlepényen is, és a magzat vérkeringésébe jutó alkohol megzavarhatja az egészséges fejlődést. Karthágóban ez okból még azt is megtiltották az ifjú pároknak, hogy esküvőjük napján bort igyanak.

Hogyan hat az alkohol a különféle emberi szervekre és az életműködésre?

Mindenekelőtt fontos tudni, hogy az alkohol: sejtméreg, amely a sejteket károsítja, éspedig a protoplazma kicsapása és víztelenítése révén.

Az alkohol hatása először és legkifejezettebben a központi idegrendszeren jelentkezik. A szakemberek sokáig vitatkoztak azon, hogy a szeszes italoknak van-e „serkentő" hatásuk. Ma már nem kétséges, hogy az alkohol nem serkentőszer, sőt ellenkezőleg: rontja, depresszálja a központi idegrendszer működését. Amit az orvostudományban nem járatosak serkentésnek vélnek, az valtaképpen nem más, mint az agy bizonyos részeinek gátlás alól való felszabadítása. És ez egészen más, mint amikor valamilyen vegyi anyag egy-egy agyterületet fokozattabb működésre serkent!

Gondos kísérletekkel kimutatták, hogy az alkohol sem a szellemi, sem a fizikai teljesítményeket nem javítja, jóllehet sokan meggyőződéssel állítják, hogy teljesítményük „egy kevés alkohol" hatására számottevően javul.

Téves nézetek

Tévhit, hogy az alkohol javítja a vérkeringést és növeli a vérnyomást. Kis adag szinte egyáltalán nem hat a vérnyomásra és a szív munkájára, nagy adag pedig gátolja a szívműködést és a légzést.

A szeszes italok értágító hatását ki-ki önmagán is észrevehette már: a bőr ereinek kitágulása miatt az arc kipirul. Az arc, különösképpen pedig az orr ereinek a tágulata idővel állandósulhat, ezért mondja a magyar nyelv a hosszú ideje sokat ivó emberek pirosló orrát „borvirágos"-nak. A szívkoszorúereket azonban az alkohol nem tágítja ki! A szívtáji szoruló fájdalmat (az angina pektoriszos rohamot) tehát nem a vérkeringés javításával, hanem a központi idegrendszeren keresztül enyhíti. Mivel az agyi erekre sem hat, agyértágítóként („fejfájás ellen") sem célszerű fogyasztani.

Az alkohol kis adagban javítja az étvágyat, fokozza a nyálképződést és a sósavban gazdag gyomornedv kiválasztását. Ezért nem szabad a fekélybetegeknek, illetőleg a fekélyre hajlamos embereknek szeszes italokat fogyasztaniuk. 20 százalékosnál nagyobb koncentrációban azonban már csökkenti a gyomornedvtermelést, a 40 százalékosnál erősebb szeszes italok pedig már izgatják a nyálkahártyát, vérbőséget és gyulladást okoznak. Ez a magyarázata annak, hogy minden harmadik rendszeresen ivó embernek idült gyomorhurutja van. Szerepe lehet a rendszeres alkoholfogyasztásnak a heveny és az idült hasnyálmirigygyulladás létrejöttében is. Minthogy az alkohol főként a májban oxidálódik, nem meglepő, hogy az idegrendszer után másodikként ez a szervünk sinyli meg legerősebben az italozást.

Gyakran hallani, hogy az alkohol nemi izgatószer. Ennek a hiedelemnek az alapja az a megfigyelés, hogy az ittas emberek gyakran agresszív szexuális viselkedésűek. Igen ám, de ebben az esetben is arról van szó csupán, hogy az alkohol megszünteti a társas érintkezésben a gátlásokat. De azt már Shakespeare tudta, és a Macbeth második felvonásának harmadik jelenetében ki is mondatja a Kapussal, hogy az iddogálás „felpiszkálja a vágyat, de cserbenhagy a végrehajtásnál".

Egyébként mind több adat bizonyítja, hogy az idült alkoholista férfiak nemzőképtelenné, terméketlenné válnak.

Eleinte az úgynevezett prealkoholos szakaszban, alkalomszerűen kerül sor csupán egy-egy italozásra, s ez még alig tér el a társadalmi ivási szokásoktól. Két-három év múltán azonban már jelentkezik a szeszes ital utáni vágy, és mind gyakoribbá válnak a titokban, magányosan való „zugivások". Az alkoholista ebben a kezdeti szakaszban még tudatában van annak, hogy mekkora veszély leselkedik rá, és mert tart tőle, határok között tudja tartani káros szenvedélyét. Újabb három-öt év múlva azonban már ilyen kontrollellenőrzés nélkül is iszik, és ennek következtében mindig többet iszik, mint amennyi szándékában volt. A hozzászokás miatt ugyanis mind több szeszes italra van szüksége azonos hatás eléréséhez. Ez az a pont, amikor a személyiség, az életvitel, a munkához való erkölcsi viszony stb. lényegbevágóan átalakul, s innen már csak egyetlen lépés az idült alkoholizmus.

Az idült alkoholizmus okozta leggyakoribb — és az életet is veszélyeztető — elmebetegség az évszázadok óta ismert delirium trémensz. A deliriumos beteg remeg, erősen izzad, étvágytalan, hőemelkedése vagy láza, vérnyomásingadozásai, alvászavarai vannak, inkább látási és tapintási, mintsem hallási érzékcsalódások, hallucinációk gyötrik; a szobában többnyire állatokat, főleg bogarakat, egereket, patkányokat vél látni, és pánikszerűen menekül előlük, igyekszik megszabadulni tőlük.

Idült alkoholistáknál fellépő, többnyire átmeneti heveny elmezavar az alkoholos hallucinózis, amelynek — a delirium trémensztől eltérően — nincsenek testi tünetei. A beteg hallási, ritkábban látási érzékcsalódásai többnyire tiszta tudatállapot mellett jelentkeznek. Fenyegető tartalmú megjegyzéseket, párbeszédeket hall, s heves félelemmel, olykor agresszív viselkedéssel reagál rájuk.

Az alkoholista beteg ugyanúgy kezelésre, gyógyításra szorul, mint azok, akik egyéb betegségben szenvednek.

A gyógykezelésnek az az alapfeltétele, hogy a beteg egyáltalán ne igyon alkoholt (absztinens legyen), mert az ital hatása alatt gyógyítási, terápiás célból gyakorlatilag megközelíthetetlen.

Az absztinencia beállítása önmagában még nem gyógyítás, csak tüneti kezelés, s az absztinencia voltaképpen nem célja, csupán feltétele a gyógykezelésnek. Az idült alkoholizmusban szenvedő, az alkoholtól pszichikusan és testileg is függő betegeknek azonban csakis

a teljes és végleges absztinencia ajánlható, mert — a nem teljesen tisztázott hajlamosító tényezők miatt — őket állandóan fenyegeti a visszaesés veszélye. Az absztinenciát tehát tudatosítani és állandósítani kell. S ez nagymértékben függ a beteg személyiségzavarainak, neurózisának, családi és egyéb szociális kapcsolatainak, konfliktusainak rendezésétől.

A legtöbb sikerrel az olyan elvonókúra kecsegtet, amelyen a beteg belső indíttatásból vagy mások sugallatára, önként vesz részt. Ha ellenben — és ezt kevesen tudják, pedig fontos — a felvilágosító és meggyőző tevékenység eredménytelen marad, a visszaeső, együttműködni nem akaró, garázda alkoholistákat gyógyítás céljából zárt, munkaterápiás intézetbe lehet utalni. Erre az Elnöki Tanács 1974. évi 10. számú törvényerejű rendelete ad módot a hozzátartozónak, a munkahelyi, illetőleg a társadalmi szervezetek bejelentése alapján, az illetékes tanács egészségügyi osztályának kezdeményezésére, bírósági tárgyalás és végzés után. Ilyen intézet 1975. január 1. óta működik a Szeged melletti Nagyfán, s oda akár két évre is beutalják az alkoholista betegeket. Noha a beutaltak őrzéséről az igazságügyi hatóság gondoskodik, az intézet nem büntető, hanem gyógyító jellegű intézmény. Orvosok, pszichológusok foglalkoznak a beutaltakkal.

Az alkoholizmussal kapcsolatban is sok szó esik napjainkban a megelőzésről. De mert itt bonyolult jelenséggel állunk szemben, az egyoldalú megközelítések eleve kudarcra ítéltek. Az embereket rá kell szoktatni, nevelni arra, hogy az italozásra csábításnak ellenálljanak. A társadalmi szokások szinte kötelezővé teszik, hogy bizonyos családi, munkahelyi és társadalmi eseményeket koccintással ünnepeljenek meg.

Az alkoholizmus gyökerei többnyire a fiatalkorba nyúlnak vissza: felmérésekből kiderül, hogy a 14—18 év közötti fiatalok számottevő hányada, ha csak teheti, megissza a szeszes italt. Sőt, az ennél kisebb gyermekek is. És ebben a szülők is vétkesek, mert a megkérdezett tíz év körüli gyermekeknek több mint 60 százaléka szülői beleegyezéssel fogyasztott szeszes italt!

Az alkoholizmus megelőzésére, megfékezésére és visszaszorítására az egészségügyi szakhálózat, a Vöröskereszt és az Alkoholizmus Elleni Országos Bizottság egymagában nem képes. Ahhoz, hogy akár csak a legcsekélyebb eredményt is elérjük, széles körű társadalmi összefogásra, felvilágosításra és tettekre van szükség.

A dohányzás

A dohány dél-amerikai származású, a burgonyafélék családjába tartozó növény, amelyet Jean Nicot francia diplomata 1560 táján honosított meg hazájában.

Európában a dohány eleinte dísz- és gyógynövényként terjedt el. Zöld levelét száraz borogatásként fej- és hasfájásra, gyomorgörcsökre, hígított levét fogfájásra és bélférgek irtására „rendelték". De csaknem egyidejűleg élvezeti szerré is vált, ilyen minőségben — különösképpen az elmúlt száz év alatt — hihetetlen karriert futott be. Ha csupán az Egyesült Államok statisztikai adatait ragadjuk ki: századunk első évtizedének átlagos évi 4 milliárd cigarettájával szemben a cigarettagyárak a hetvenes évek közepére kereken 600 milliárd cigarettát állítottak elő!

Azt, hogy a dohányt elsősorban nikotintartalma teszi élvezeti cikké, a XIX. század elején fedezték föl: Posselt és Reimann 1828-ban vontak ki először nikotint dohánylevélből.

Egy cigarettában kb. 20, egy szivarban 50—150 mg (milligramm-ezredgramm) nikotin van. És ez nem kevés, ha arra gondolunk, hogy a bőrön át felszívódó 4 milligrammnyinak riasztó mérgezési tünetei lehetnek, egy csepp (40 mg) nikotin pedig halált okozhat! Szerencsére a cigaretta vagy a szivar elszívásakor nem jut be minden nikotin a szervezetbe, mert a dohány égésekor a szerves savakkal alkotott sójából sza-

baddá váló nikotin egy része elég. Egy cigaretta füstjében legfeljebb 6—8 milligramm nikotin marad, s ennyi jutna az ember légzőrendszerébe, ha a cigaretta összes füstjét belélegezné.

Cigaretta és pipa

A tiszta nikotin nagyon erős és gyorsan ölő méreg: hatására a mérgezett eszméletét veszti, görcsök lépnek fel, sokkos állapotba kerül, majd légzésbénulás következtében meghal. Ellenmérge nincs. Jellemzője, hogy gyorsan szívódik fel a száj, a gyomor, a légzőrendszer nyálkahártyájáról és — mint említettük — a bőrről is. De nem egyforma adagban szívódik fel mindenhonnan. A leszívott dohányfüst nikotinjának 90, a szájban tartott füst nikotintartalmának azonban csupán 25—50 százaléka szívódik fel. Ez a magyarázata annak, hogy a füstöt leszívó cigarettázók és a csupán pöfékelő pipások szervezetét érő ún. nikotinterhelés között számottevő különbség van, ezért veszélytelenebb módja a dohányzásnak a pipálás.

A heveny nikotinmérgezés gyorsan fejlődik ki: hányingerrel, nyáladzással hasi fájdalommal, hányással és súlyos hasmenéssel kezdődik, a beteget hideg verejték lepi el, feje fáj, szédül, hallási és látási zavarai támadnak, majd — súlyos esetben — átmeneti légzésfokozódás után, légzésbénulás miatt áll be a halál. Az enyhe nikotinmérgezés tünetei az először dohányzókon csaknem kivétel nélkül jelentkeznek, később azonban a dohányzás rendszeressé válásával, a szervezet fokozatosan hozzászokik a nikotinhoz, s idült nikotinmérgezés alakul ki.

A dohányosok testében — főként a májban, de kisebb mennyiségben a vesében és a tüdőben is — gyors a nikotin méregtelenítése: 80—90 százaléka olyan vegyületekké alakul át, amelyek a vizelettel kiürülnek a szervezetből. De kis mennyiségű nikotin az anyatejjel is kiválasztódik! Minthogy a sokat dohányzó nők tejében literenként akár fél milligramm nikotin is előfordulhat, ennek tulajdonítják az orvosok, hogy a terhességük alatt dohányzó nők újszülöttjei az átlagosnál kisebb súlyúak, gyakoriak a koraszülések, a spontán (önmagától bekövetkező) vetélések és gyakoribb a dohányzó nők gyermekei között az újszülöttkori halálozás is.

Az állatkísérletek azt bizonyítják, hogy a szívkoszorúerek vérátfolyását és a vázizmok vérellátását egy kevés nikotin átmenetileg javítja. De az is bizonyított, hogy a dohányzás súlyosbítja a már fennálló érelmeszesedést, s előmozdítja a szív és a többi szerv ereinek szűkületét, görcsét vagy elzáródását. Érelmeszesedésben, magas vérnyomással és érgörcsökkel járó betegségben szenvedőknek ezért javasolja az orvos a dohányzás elhagyását vagy számottevő csökkentését. A nikotin — mivel fokozza a vérrögképződést — hozzájárulhat a trombózisok és a szívizominfarktus létrejöttéhez is.

A nikotin kis töménységben kifejezetten serkenti a központi idegrendszer különböző részeinek működését, nagy adagjai remegést és görcsöket okoznak. A központi idegrendszerre gyakorolt hatása legszembeötlőbben a légzőközponton mutatkozik meg, amelyet eleinte izgat, s emiatt a légzés fokozódik, később azonban mind erősebben érvényre jut gátló hatása, s a súlyosan mérgezett a légzőizmok bénulása miatt — mint említettük — meghal.

A nikotin a gyomor-bélrendszer működését kis adagban általában fokozza, s ezért fordul elő, hogy a kezdő dohányosoknak hasmenésük támad. Eleinte serkenti a nyálmirigyek kiválasztó működését és a hörgőváladék képződését is. A nyáladzás azonban inkább az izgató füst által kiváltott reflexes reakció, mintsem általános hatás következménye.

A vizsgálatok tanúsága szerint a nikotin a gyomornedv termelődésére nemigen hat, ám a gyomor sósavtermelését fokozza, és ezzel hozzájárul a gyomorfekély keletkezéséhez. E betegségre egyébként is az ideges, erősen igénybe vett, nagy felelősséget viselő és már emiatt is sokat dohányzó emberek különösen hajlamosak.

A nikotinra érzékeny embereknél egy cigaretta elszívása két-három óráig is gátolja a vizeletürítést. Ebből a szempontból a nikotin a vizeletürítést serkentő alkohollal ellentétesen hat.

Szó volt már arról is, hogy az emberi szervezet hozzászokik a nikotin állandó jelenlétéhez, s idült mérgezés alakul ki.

A cigarettafüst egészségügyi szempontból fontos alkotórészei az úgynevezett kokarcinogének is, amelyek közrejátszanak abban, hogy a rákkeltő anyagok rákot okozzanak. Az egyik ilyen vegyület a fenol, amelynek jelen-

létében már olyan kevés rákkeltő szénhidrogén is rákot tud okozni, amennyi egymagában képtelen lenne erre.

S ezzel elérkeztünk a dohányzás legsúlyosabb egészségkárosító hatásához: a légzőrendszer rákjához.

Ha a különböző országok halálozási statisztikáit összevetjük, kitűnik, hogy azokban az országokban, amelyekben nagy a cigarettafogyasztás, több ember hal meg tüdőrákban, mint azokban, ahol a cigarettának nincs keletje.

A tüdőrák — legalábbis tömeges előfordulását tekintve — „fiatal" betegség: a megbetegedések száma csak századunk huszas éveinek végén indult növekedésnek. Ez a növekedés a harmincas években kisebb mérvű volt; az országok többségében az évtized végére sem érte el a tüdőrák miatti halálozás a 0,5—1 százalékot. A negyvenes években azonban ugrásszerűen megnőtt a férfiak között a tüdőrák gyakorisága, és ez a növekedés — rövidebb-hosszabb ideig tartó pangások és visszaesések ellenére — azóta is tart.

A nőknél kedvezőbben alakult az arány, mert közülük kevesebb cigarettázik.

Sokan nem hisznek a statisztikai adatoknak sem, mondván: vannak emberek, akik egész életükben dohányoztak, mégsem tüdőrákban haltak meg, és vannak mások, akik sohasem cigarettáztak, mégis ez a betegség végzett velük.

Ezeknek az ellenvetéseknek kétségtelenül van alapjuk. Valóban sok „öreg" dohányos ember hal meg úgy, hogy a tüdejében a ráknak még a nyomát sem lehet fölfedezni. De senki sem állította, hogy minden cigarettázó ember szükségszerűen tüdőrákban hal meg. A cigaretta csak az egyik, de tegyük hozzá: a legveszedelmesebb tüdőrákot keltő tényező.

A naponta 20 vagy annál is több cigarettát szívó embernek például — statisztikai átlagot tekintve — húszszorharmincszor több „esélyük" van arra, hogy tüdőrákban fognak meghalni, mint a nem dohányzónak. Megállapított tény, hogy a húszéves koruktól fogva naponta 20 cigarettát elszívó emberek átlagosan öt évvel, a 40-et szívók nyolc évvel kevesebbet élnek, mint a velük azonos korú, de nem dohányzó emberek. S habár a cigarettázásról időközben leszokó emberek életkilátásai megjavulnak, már sohasem érik el azoknak a szintjét, akik sohasem cigarettáztak.

A kutatók többségének az a véleménye, hogy aki maga nem szív cigarettát, szivart vagy pipát, az legfeljebb nem „aktív" dohányos — de „passzív dohányzó" még lehet, hiszen nagy valószínűséggel ő is hosszabb-rövidebb időt tölt olyan helyiségekben, ahol mások dohányoznak, és ahol esetleg „vágni lehet a füstöt". Márpedig ha valaki dohányfüstöt lélegzik be, akarva-akaratlanul is dohányzik, s őt ugyanúgy sújthatják a dohányzás következményei, mint az „aktív" dohányosokat!

Az aktív és passzív dohányzás között azért van különbség. A dohányzó és a nem dohányzó ember tüdejébe nem egyforma mennyiségű és minőségű füst jut be. Érdekes, hogy míg a dohányzók jórészt a cigaretta szívásakor a szájüregükbe jutó főfüstöt szívják le, a nem dohányzók a cigaretta füstölgésekor keletkező, s a szoba levegőjében terjengő mellékfüstöt lélegzik be — és a vizsgálatok azt mutatják, hogy az utóbbi a veszélyesebb. Ebben van több egészségre káros vegyi anyag, mert a szívás szüneteiben alacsonyabb a parázs hőmérséklete, következésképpen tökéletlen a dohány égése.

A dohányfüst nem egyformán hat a dohányzó és a nem dohányzó emberre. Az előbbiek szervezete hozzászokik a nikotinhoz és a dohányfüst többi égéstermékéhez. Jóllehet a dohányzóknak sem használ a dohányzás, ők önként vállalják a vele járó következményeket. Nem így a nem dohányzó emberek! Igaz, van koztük, aki „bírja" a dohányfüstot, a többség azonban kellemetlennek tartja. Különösen áll ez azokra, akik betegesen érzékenyek — allergiásak — a dohányfüstre.

A tüdőrák nem tartozik a könnyen gyógyítható daganatos betegségek közé. Ennek elsősorban az az oka, hogy a tüdőrák rendszerint — vagy legalábbis gyakran — későn derül ki, amikor a beteg már súlyos panaszokkal fordul az orvoshoz; betegsége ilyenkor tobbnyire annyira előrehaladott állapotban van már, hogy az orvosi beavatkozás eredménytelen.

A sokoldalú felvilágosító munka nem hatástalan: az Egészségügyi Világszervezet adatai szerint sok országban javulás kovetkezett be, kulonösen ott, ahol a cigaretták reklámozását megtiltották, és felhívták a figyelmet a dohányzás ártalmaira és veszélyeire. Az utóbbi években például Angliában egymilliónál tobben szoktak le a dohányzásról. Csokkent a cigarettázók száma az Egyesült Államokban is.

A kávé

Hogy mikor és miként ismerte meg az ember a kávéban levő koffein fáradtságot és lehangoltságot szüntető, jókedvet és szellemi frisseséget keltő hatását, azt ugyanúgy homály fedi, mint a nikotin- és az alkoholfogyasztás eredetét. Ez esetben is legendákra és föltevésekre kell hagyatkoznunk. A legismertebb és legelterjedtebb legenda szerint — amely a paduai Naironi professzor 1671-ben megjelent könyvében maradt ránk — Abesszínia Kaffa nevű tartományában élő kopt szerzetesek, kecskenyájat legeltető pásztorok figyeltek fel arra, hogy ha az állatok az egyik cserje (ma már tudjuk: a kávécserje) cseresznyeszerű, vörös színű gyümölcsét megették, egész éjszaka nem aludtak, hanem ugrándoztak, táncoltak és kergetőztek az akolban. E gyümölcsöt a szerzetesek is kellemes ízűnek találták, a megfőzött gyümölcsök levét elfogyasztva pedig meglepetten tapasztalták, hogy az esti ájtatosság alatt nem álmosodtak el, holott annak előtte sorra-rendre elszundikáltak.

Ennek a kedves legendának aligha van hiteles alapja, a kávé neve mégis a világ sok nyelvében a Kaffa szóból származik: a kávé arabul quahwa, törökül kahve, dánul, svédül és norvégül koffe, angolul coffee, spanyolul, portugálul, franciául és olaszul kófe, lengyelül kawa stb.

A kávé finom ízét, illatát és zamatát a pörkölés közben létrejövő vegyületek (a cukrok karamellizálódott termékei, szerves savak, illó olajok stb.) adják. Legfontosabb hatóanyaga a koffein, amely — akárcsak a teában levő teofilin és a kakaóban föllelhető teobromin — a központi idegrendszert serkentő anyag.

A koffein nem egyformán hat az emberekre. Vannak akik különösképpen érzékenyek rá, s már egy csésze fekete kávétól is percek múlva kellemetlen izgatottságot éreznek. A többség később érzi a kávé serkentő, izgató-frissítő hatását, ami általában három-négy óráig tart, a koffein elbomlásához és a szervezetből való kiürítéséhez ugyanis időre van szükség.

A koffein erősen izgatja a kozponti idegrendszert, hatására gyorsabb és világosabb lesz a gondolkodás, csokken az álmosság- és fáradtságérzet. Már egy csésze feketekávé jobb szellemi teljesítményre teszi képessé az embert, mert hatására tökéletesebbé válnak az agyi asszociációs folyamatok. Az ingerek felfogása és a rájuk adott válasz ugyancsak gyorsabb, vagyis az úgynevezett reakcióidő megrövidül. A testi erőkifejtést fokozza, az izmok együttműködésére (koordinációjára) való hatását illetően azonban megoszlanak a vélemények. A gépírónőknek egy része kétségtelenül gyorsabban és kevesebb hibával ír egy dupla után, mint anélkül, de szép számmal akadnak, akik emiatt több hibát vétenek a finom izomkoordinációt kívánó feladatokban.

Régóta tudjuk, hogy a koffein izgatja a nyúltvelőben elhelyezkedő légző és érmozgató központokat. Már egy dupla elfogyasztása után növekszik az egy perc alatt be- és kilélegzett levegő mennyisége.

Az erek simaizomzatára ható koffein tágítja az agyi, a koszorú- és a tüdőereket, ezáltal javul az agy, a szív és a tüdő vérellátása. Ennek tudható be, hogy az étkezés után ivott feketekávé nem engedi elálmosodni az embert. De mert a perifériás véráramlást csak átmenetileg javítja, az érbetegségeket nemigen szokták koffeinnel kezelni.

A köztudatban az a hiedelem terjedt el, hogy a kávéivás növeli a vérnyomást, azonban az orvosi megfigyelések ezt nem támasztják alá. Néhány — koffeinre érzékeny — embernek kétségtelenül növekszik a vérnyomása (de a növekedés ritkán haladja meg a 10 higanymillimétert), a mérsékelt kávéfogyasztók többségének vérnyomásában azonban nem következik be észrevehető növekedés. Sőt, az is megesik, hogy vérnyomásuk egy kevéssel csökken. Ez a magyarázata annak, hogy a kisfokú magas vérnyomásban szenvedőknek az orvos rendszerint engedélyezi a mérsékelt kávéfogyasztást.

A szív működését a koffein az idegrendszer közvetítésével és közvetlenül a szívizomzatra hatva is megváltoztatja. Rendszerint növeli a szívösszehúzódások erejét, percenkénti számát és az érpályába préselt vér mennyiségét. Érzékeny embereknek annyira meggyorsulhat a szívműködésük, hogy kellemetlen

szívdobogásérzésük támad, s olykor az is előfordul, hogy a szívverés aritmiássá, azaz szabálytalanná válik: soron kívüli szívdobbanások jelentkeznek, s előttük vagy utánuk úgy érzik, mintha „elakadna" a szívük. De arra is van példa, hogy a kávéivás az idegrendszeren keresztül lassítja, gátolja a szív működését.

A koffein tehát különösebben nem károsítja az életműködést, és mint a legkevésbé ártalmas központi idegrendszeri izgatószer ismeretes, mégis a mérsékelt kávéfogyasztás az ésszerű. Azok, akik feketekávé nélkül is könnyen ébrednek, gyorsan magukhoz térnek, és már kora reggel szellemileg teljesen frissek, lehetőleg ne igyanak feketekávét. A hosszú időn át folytatott rendszeres kávéivás következtében ugyanis idővel valóban szükség lesz reggelente a feketére. Akik azonban a reggeli vagy a déli dupla nélkül „munkaképtelenek", lehetőleg étkezés után fogyasszák el kedvelt italukat. De semmiképpen se igyanak napi négy-öt duplánál többet.

Tudni kell, hogy a kávéivás nem pótolja a pihenést, amelyre a szervezetnek múlhatatlanul szüksége van. Ha a kávé hatása elmúlik, rögtön kiütköznek a fáradtság jelei, a test elerőtlenedik, és ezt csakis alvással lehet kipihenni. Merénylet az egészség ellen, ha valaki este kávéval serkenti munkára magát, s nem sokkal később altatóval alszik el. Az ilyen ember tudatosan rombolja saját idegrendszerét.

Kevés az olyan betegség, amelymellett az orvosok nem ajánlják a kávéivást. Közéjük számítanak: a nagyfokú magas vérnyomás, a súlyos szívbajok és a fekélybetegségek. És mert a kisgyermekek a felnőtteknél jóval érzékenyebbek a koffeinre, nekik ne adjunk feketekávét, de még erősre főzött teát sem!

Dr. Pécsi Tibor

A lábápolás

Napi munkájuk legnagyobb részét sokan állva és járkálva végzik. Az állandó talpon állás eleinte csak azoknál okoz panaszt, akiknek valamilyen ortopédiai hibájuk van. A későbbi évek folyamán azonban a látszólagos egészséges lábúaknál is különféle kellemetlenségek lépnek fel, ha nem törődnek lábuk gondozásával.

Legfontosabb a kényelmes cipő

Bár a divat a cipő megválasztásába is beleszól, de csak addig a határig kövessük, amíg az ésszerűség megengedi. Megjelenésünknek sokkal többet árt, ha járásunkon észreveszik a cipő szorítását, mint amennyit a divatos formájú, de lábunkhoz nem illő cipő elegánciánknak használ.

Ha új cipőt vásárolunk, ne higgyük el, hogy majd kitágul. Se szűk, se túlságosan bő cipőt ne vegyünk. Mindkét esetben előbb felhólyagzás, később pedig bőrkeményedés vagy akár fájdalmas tyúkszem lehet a meg nem felelő cipő nyomásának, vagy dörzsölésének következménye.

Ne sajnáljuk a költséget, szerezzünk be munkára külön cipőt. Ez annak is fontos, akinek jelenleg hibátlan a lába; csak így érheti el, hogy ezután is ilyen maradjon. A napi munka idején ezért magas szárú, fűzős, lehetőleg beépített betéttel ellátott, lapos vagy magasított, de sohasem magas sarkú cipőre van szükség. Minek a betét? — kérdi, akinek nincs lúdtalpa. Azért szükséges, hogy az álldogálás alatt kellő támasztékot nyújtson a lábnak és ezzel a bokasüllyedés kifejlődését megelőzze. Koromcipő, szandál és különösképpen a papucscipő munka közben merénylet lábunk épsége ellen. Az ártalmakat rövidesen tapasztalhatja a viselője: fáradékonyság, húzó fájdalmak a lábszár és a combok izomzatában, deréktáji fájdalmak és éjszakai lábikragörcsök jelzik a lábizomzat kimerülését. Később pedig

fokozódó hosszanti és harántboltozatsüllyedés, szétterpesztett ujjak, bütyök, duzzadt lábfej lehet a helytelen cipő viselésének következménye.

Aki visszértágulatra hajlamos

annál már aránylag korán kanyargós értágulatok jelennek meg a boka táján, a lábszárakon, esetleg a combon is. Álló foglalkozás, súlyos tárgyak cipelése, terhesség előidézi a kifejlődést. Ezért kerüljük a felesleges ácsorgást, viseljünk megfelelő cipőt és igyekezzünk a lábak vérkeringését akár tornáztatással, akár masszírozással javítani.

A bokasüllyedés ismertebb elnevezése: lúdtalp. Ha lúdtalpas ember leveti cipőjét és lábára nehezedik, jól látható, hogy a belső bokája befelé dől és szinte az egész talp érinti a talajt. Harántsüllyedés esetében a középső lábujj tövénél nehezedik a testsúly a földre. Ezen a helyen a talp bőre megkérgesedik. A panaszok megfelelő betét viselésével megszűnnek. A betétet a lábnak megfelelően méretre készítik. Modern betét félcipőben, sőt szandálban is viselhető. Még jobb, ha a méretre rendelt cipőbe beépített betét is készül. Gondoljunk azonban arra, hogy a legjobb betét sem örökös, hanem idővel kikapul, ezért egy-két évenként meg kell újítani.

Új cipőben ne induljunk hosszabb sétára vagy táncmulatságra, legjobb először odahaza felpróbálni néhány órára. A láb formájához még nem alkalmazkodott új cipő nyomása, ugyanígy az összegyűrődött harisnya helyén is gyakran vízhólyag keletkezik. Vízhólyag keletkezhet a szandál pántjának dörzsölése helyén is, különösen azoknál, akik cipővásárláskor a kisebb számot választották.

A vízhólyagot mielőbb meg kell nyitni és le kell nyírni bőrvágó ollóval, amelyet előzetesen alkohollal vagy láng felett áthúzva fertőtlenítettünk. A hólyag alapjára szórjunk sebhintőport vagy kenjük be valamilyen fertőtlenítő és hámosító kenőccsel. A seb fölé helyezzünk néhány gézlapocskát és ragtapasszal úgy rögzítsük, hogy a seb levegőzni tudjon. Éjszakára a kötést levehetjük. Lábmosás után is mindig cserélni kell a kötést. A szűk cipőt pedig tágíttassuk ki, addig ne viseljük, mert csak így gyógyul meg hamar a feltört láb. Tág, lötyögős cipőbe viszont helyezzünk talpbetétet, hogy szorosabban simuljon a lábunkhoz.

A tyúkszemet nem könnyű

rendbe hozni, inkább előzzük meg: ne viseljünk szoros lábbelit. A bőrkeményedéseket lábáztatás után rendszeresen távolítsuk el. A kezdődő tyúkszemet is igyekezzünk alapos áztatás után kikaparni. A kivágás csak ideig-óráig segít, mert a hegyével a csonthártya felé irányuló szaruknak csak külső részét képes eltávolítani. Tyúkszemfaricskálás közben könnyen jön létre apró sérülés, ennek nyomán pedig gennyes fertőzés. A bőrkeményedés és a tyúkszem eltávolítását helyesebb szalicilltapasszal megkísérelni. Pontosan vágjuk ki a tapaszból a kívánt méretet és ezt helyezzük rá a keményedésre. Másnap, lábáztatás után olló vagy kés lapjával egy-egy lehámlasztott réteget könnyűszerrel el lehet távolítani. A tapasz felhelyezését mindaddig ismételgessük, amíg célhoz nem érünk.

Előfordul, hogy szoros lábbeli elhagyása után a tyúkszem is elmúlik. Ha ez nem következik be, a szakember távolíthatja el szénsavhófagyasztással, elektromos kiégetéssel vagy akár sebészi úton is. Mindenképpen idejekorán meg kell szabadulni a tyúkszemtől, nemcsak azért, mert megkeseríti az életet, hanem azért is, mert a láb tartását és a járást is károsan befolyásolja.

A talpon lévő szemölcs hasonlít a tyúkszemhez, igen fájdalmas lehet. Szeret szaporodni, fertőz is, ezért mielőbb orvosi beavatkozásra van szükség.

A sarok berepedését

a szandálban, harisnya nélkül vagy mezítláb járók panaszolják. Azoknál is gyakori, akik kelleténél kisebb szandált viselnek és emiatt sarkuk a cipőn túl kilóg. A sarkon megvastagodott bőr ilyenkor kiszárad és az irháig kiterjedően bereped. Az utcai por szárító hatása elősegíti keletkezését. A berepedésbe jutó baktériumok gyulladást idéznek elő.

Megelőzésére igyekezzünk a megvastagodott bőrt áztatás után lekaparni, lehámlasztani és a maradékot puhítani. A berepedéseket fertőtlenítő, hámosító oldattal ecseteljük.

A lábkörmök tisztán tartása és időnkénti lenyírása épp oly fontos, mint a kéz körmeié. A festett lábköröm is sok ezer éves divat. Itt is érvényes a legfőbb divatszabály: mindent a maga helyén! A divatot lehet követni, de sohasem rikítóan, feltűnően. Tartsuk szem előtt: a gondozatlan lábat a vérvörös lábkörmök még visszataszítóbbá teszik.

A benőtt köröm

főképpen a nagyujjakon gyakori. A fájdalmat a szűk cipő nyomása idézi elő. A betegség okozója tulajdonképpen az, hogy a sarkain túl rövidre vágott köröm oldalán elsimul az a redő, amelyben a köröm szélének feküdnie kell. A növekedő köröm emiatt nem talál utat. Ezért sose vágjuk ki a köröm széleit, inkább gyakrabban nyírjuk le körmeinket. A benőtt körömrészt ki kell emelni. Ha ekkor a körömágy széle már gyulladt és fájdalmas, nyomkodjunk óvatosan egészen kevés vattát a körömlemez és a körömsánc bőre közé.

A téli hidegben különös gondot kell fordítani a lábápolásra. A régi mondás is azt tartja, hogy tartsuk a lábunkat melegen és a fejünket hidegen. A meghűlésnek gyakran a láb a kiindulópontja. Mivel pedig a nedves bőr könnyebben hűl le, ezért télen mosás vagy fürdés után még a szokásosnál is nagyobb gondossággal szárítsuk meg a lábunkat. De nemcsak az elégtelen szárítkozástól maradhat nedves a láb, lehet ennek még más oka is. Valóban sokan tapasztalják, hogy a láb izzadása télen is alig csökken, ezért még hidegben is átnedvesedik a harisnyájuk. Az izzadó lábat emiatt egész éven át rendszeresen ápolni kell. Tudjuk, hogy a gyapjú magába szívja a verejtéket. Hideg időben tehát inkább gyapjú- vagy pamutharisnyát ajánlatos viselni a vékony és sűrű szövésű — a párolgást akadályozó — műanyag harisnyák helyett.

Bármilyen jól is esik télen a puha, meleg harisnya, mégsem szabad a cipőt vele szorosra tömni, nehogy szorítsuk a lábfejet tápláló ereket. Ilyenkor bizony még a vastag meleg harisnyában is könnyen megfagyhat a láb.

A nyirkos láb

hajlamosít lábgombásodásra. A lábgombásodás fertőzés következménye. A lábujjak közé a gomba könnyen eljut. Elég mezítláb néhány lépést tenni a fürdőben vagy a strandon, a betegség kifejlődéséhez bőven elégséges anyag jut a láb bőrére, ha az előttünk járó gombás lábú egyén befertőzte a padlót. A gombás lábfertőzés nem csupán az ujjak közti kínzó viszketés miatt kellemetlen, hanem súlyos szövődményei következtében veszélyessé is válhat. Fájdalmas berepedések a talpon, sőt a tenyéren is hirtelen fellépő viszkető hólyagok, a vakarás nyomán lázzal, hidegrázással kezdődő orbánc követheti az eleinte csak ujjak közti enyhe hámlást okozó gombásodást. Az sem közömbös, ha a fertőzés a körmökre is ráterjed és emeli, megvastagítja, deformálja a körmöt. Az ilyen gombás góc ezután esetleg makacs, hosszan tartó ekcéma elindítója is lehet. A gombás lábfertőzés kezelésére számos hatásos gyógyszerünk van, ezek közül a bőrgyógyász az adott esetben leghatásosabbat rendeli.

Nem elégséges a kezelés, hanem a baj megelőzését is fontos szem előtt tartani. A megelőzés érdekében helyeznek lábmosót a közös fürdőkbe, legjobb ha csak fertőtlenítő hatású klórmeszet tartalmazó lábfürdőn át lehet a fürdőbe be- és kijárni. Legtöbbet azonban az egyéni védekezés jelent. Igyekezzünk ezért a láb bőrét mindig gondosan megszárítani. Törekedjünk a fokozott lábizzadás okát is megszüntetni, ebben gyakran a lúdtalpbetét viselése sokat segít. Az eldeformálódott lábat és lábujjakat ortopédiai úton lehet helyreigazítani. Ne viseljünk párolgást gátló harisnyát vagy lábbelit. A műanyag zokni sem szívja fel a nyirkosságot, akik erősebben izzadnak — főképp nyáron — ne viseljék.

A szorosan fekvő lábujjak közé húzzunk géz- vagy vászonlapot, ezáltal szellőzését biztosíthatjuk. Öltözködés előtt szórjunk izzadásgátló és gombaellenes hatású hintőport az ujjak közé és a harisnyába.

Dr. Kovács László

ÉTELAJÁNLATUNK

Egyszerűen, gyorsan konzervből

A tartósított élelmiszerek — konzervek — nagyban könnyítenek főzési gondjainkon, változatosabbá teszik étrendünket, hiszen a bőséges választékból mindenki az ízlésének megfelelőt vásárolhatja. Használatukkal időt, fáradtságot és főleg energiát takaríthatunk meg, már nem kell főzni, hanem csak melegíteni.

A konzervek felhasználásának számtalan változata van, de mindig tartsuk be a következőket:

Az ételkonzervek melegítésének legjobb módja, ha a dobozt vízzel félig telt edénybe állítjuk, a vizet felforraljuk, és a konzervet még kb. 10 percig állni hagyjuk a forró vízben. Ezalatt a doboz tartalma teljesen átforrósodik, de nem ég le. Ezután a dobozt törlőruhával kiemeljük a vízből, megtöröljük és felnyitjuk. A konzervnyitót úgy szúrjuk a fedőbe, hogy a dobozt egy kissé ferdén tartjuk, ugyanis a doboz felső szélén levegő van, és ha ide szúrjuk a konzervnyitót, nem spriccel ki az étel leve.

A forró vízből kivett konzerves üveget úgy nyitjuk ki, hogy a záróabroncsot levesszük, késpengét dugunk a gumigyűrű és a fém fedőlapka közé és óvatosan addig mozgatjuk, míg a lapka le nem válik. A csavaros-fedő (Hungarocap) üvegek tetejére — a forró vízből kiemelve — folyassunk egy kevés hideg vizet, majd az óramutató járásával ellenkező irányban csavarjuk le. Ezt rendszerint nyíl is jelzi a tetőn.

A húskonzerveket — például vagdalt húst, pástétomokat, lunch-öt — a legcélszerűbb úgy felbontani, hogy a két szembenlévő oldalt konzervnyitóval felnyitjuk és az egyik fedőlapot visszahelyezve a doboz tartalmát kitoljuk. Így szépen lehet szeletelni.

A zöldség- és gyümölcskonzervek mind előfőzöttek, felhasználásukkor ezt figyelembe kell venni. Tehát leves és főzelék készítésekor előbb a sűrítést készítjük el, főleresztjük a konzerv levével, felfőzzük, és csak ezután tesszük bele az előzőleg leszűrt anyagot. Most már csak átforrósítjuk az ételt.

Rakott, csőben sült stb. ételekhez a konzerveket úgy használjuk, mint a főtt, friss főzelékféléket.

Ha a felnyitott konzerv tartalmát nem használjuk fel teljesen, a maradékból más jellegű ételt készítsünk. (Például leveshez elég egy 5/4-es zöldborsónak a fele a teljes levével, a többi zöldborsóból készítsünk tartármártásos zöldborsósalátát, zöldborsós tojasomlettet stb.).

Felbontott konzervet még a hűtőszekrényben se tartogassunk, mert hamar romlik.

A következőkben ötleteket adunk a különböző konzervek egyéni ízesítésére, feljavítására, kiadósabbá tételére és tálalására.

Májgaluskaleves

Egy kis doboz májkonzervet elkeverünk 1 egész tojással, 2 evőkanál zsemlemorzsával, apróra vágott zöldpetrezselyemmel, ízesítjük sóval, törött borssal, esetleg kevés reszelt hagymával, vagy hagymakrémmel és 5—10 percig állni hagyjuk. Közben 2 erőleves- vagy húsleveskockát 1 liter vízben felforralunk és kávéskanállal a májas keverékből kis galuskákat szaggatunk bele. Amint a galuskák a leves felszínére emelkedtek, tálalhatjuk. Két-három evőkanálnyi konzerv vegyes zöldséget — finomfőzeléket — is keverhetünk hozzá, de ezzel már nem forraljuk. A leves tetejét megszórhatjuk nagyon finomra vágott zöldpetrezselyemmel, vagy metélőhagymával is.

Zöldbabos pörkölt tarhonyával

Egy evőkanál zsírban rózsaszínűre pirítunk 1/4 kg tarhonyát, felöntjük 1/2 liter vízzel, belekeverünk egy kávéskanál DELIKÁT-ot és ízlés szerint sózva, fedő alatt puhára pároljuk.

Egy doboz sertéspörkölt húsát apróra vágjuk, elvegyítjük egy literes üveg leszűrt konzerv zöldbabbal. Egy tűzálló tálban szétterítjük a tarhonya felét, rárakjuk a pörköltös zöldbabot, beboríjuk a többi tarhonyával és meglocsoljuk a pörkölt levével elkevert 2 dl tejföllel. A tetejére zöldpaprika- és paradicsomszeleteket vagy vágott metélőhagymát szórunk és a sütőben átforrósítjuk.

Töltött őszibarack

Egy üveg őszibarack levét lecsöpögtetjük és a félbarackokat — vágott felükkel felfelé — tálra tesszük. 1/4 kg tehéntúrót simára keverünk ízlés szerint porcukorral és egy kevés befőttlével. A fél barackokat megtöltjük a túrókrémmel és a tetejére egy-egy gerezd diót, vagy befőtt cseresznyét, meggyet teszünk. Jégbe hűtve tálaljuk.

Habos szilva

Egy üveg szilvabefőttet kimagozunk és a mag helyére egy gerezd diót teszünk. Két-három tojásfehérjéből kemény habot verünk, elkeverjük 2—3 evőkanál porcukorral. A megtöltött szilvákat lapos, kivajazott tűzálló tálra tesszük, rásimítjuk a habot, megszórjuk reszelt csokoládéval, vagy darált dióval és a sütőben — gyenge tűznél — addig sütjük, amíg a hab megszilárdul. Hidegen vagy melegen fogyaszthatjuk.

TERMÉSZETESEN ÉN IS A ZÖLDÉRTNÉL VÁSÁROLOK !

ÉRDEKLI ÖNT?

Szórakoztató biológia

..... pld.	Dieter Hess: Növényélettan	55,— Ft
..... pld.	Nagy Mária: Mi a sejt?	19,50 Ft
..... pld.	Haraszti Ede: Zsebkönyv a növények életéről	26,— Ft
..... pld.	Szergejev, B.: Isznak-e a halak? Szórakoztató élettan	40,— Ft
..... pld.	Péterfi István: Az algák biológiája és gyakorlati jelentőségük	38,— Ft
..... pld.	Luria, S. E.: Az élet: befejezetlen kísérlet	15,50 Ft
..... pld.	Igali Sándor: Választás vagy véletlen Sugárzások és vegyszerek öröklődő hatásai	26,— Ft
.. .. pld.	Szende Kálmán: A gén nyomában	14,50 Ft
..... pld.	Battha—Horvátovich: Növények és rovarok preparálása	25,— Ft
..... pld.	Kótai István: A mikroszkóp használata	28,— Ft

Barangolás az állatvilágban

..... pld.	Jolsvay A.—Steinmann H. Szily E.: A magyar állatvilág szótára	53,— Ft
..... pld.	Steinmann H.: Építőművészek az állatvilágban	29,— Ft
..... pld.	Horn—Zsilinszky: Akvarisztika	49,— Ft
..... pld.	Schmidt Egon: Kócsagok birodalmában Velencei-tó állatvilága	44,— Ft

A felsorolt könyvek megrendelhetők a kitöltött, kivágott és címünkre borítékban beküldött hirdetés alapján. Postán, utánvéttel szállítunk, magánszemélyeknek 200 forint felett portómentesen.

Címünk:
Mezőgazdasági Könyvkiadó
Budapest Pf. 26. 1882

A megrendelő neve: .....

Pontos címe: .....

Aláírás: .....

A MEDICINA KÖNYVKIADÓ

Óvjuk egészségünket!

Ajánlatunk egészségügyi ismeretterjesztő könvveket tartalmaz — segítségünkkel Ön is gazdagíthatja ismereteit.

Branyiczky L.: Struma és más pajzsmirigybetegségek	18,— Ft
Demeter R.: Torna, út az egészséghez	24,50 Ft
Irányi J.: Küzdelem a reuma ellen	20,— Ft
Jellinek Harry (Szerk.) Egészségügyi ABC	155,— Ft
Kovács L.: A nőorvosnál	37,— Ft
Kovács F.: Egészséges, életderűs öregség	23,50 Ft
Langfelder Sándorné: Gyomor- és bélbetegek diétáskönyve	18,50 Ft
Langfelder Sándorné: Cukorbetegek diétáskönyve	14,50 Ft
Németh Gy.: Lelki egészségünk	18,50 Ft
Rápóti—Romváry: Gyógyító növények	60,— Ft
Rényi—Vámos—Rigó: Vesebetegségről, vesebetegeknek	17,— Ft
Rozniatowszky: A férfi negyven felett	12,— Ft
T. Rubin: A dühös ember (Az emberi indulatok lélektana)	20,50 Ft
Seregély Gy.: Fogamzásgátlás	28,— Ft
Szilágyi V.: Nemi nevelés a családban	29,— Ft
Zoltán Zs.: Mit egyen a gyerek?	22,50 Ft

A könyvek megrendelhetők a Medicina Könyvkiadó Olvasószolgálata címén: (1361 Budapest Pf. 9.)

Megrendelem utánvéttel szállításra az alábbi könyveket. Tudomásul veszem, hogy a portó engem terhel, és a könyveket a megjelenés sorrendjében szállítják.

..... pld. ..... ára: ..... Ft

..... pld. ..... ára: ..... Ft

..... pld. ..... ára: ..... Ft

Név: .....

Pontos cím: .....

.....

Kelet: .....

Kicsik és nagyok

Az anya naplójából

Költözünk

Hat évig éltünk szép nyugodtan egy fedél alatt szüleinkkel, aztán hogy, hogy nem felkerekedtünk. Azóta minduntalan költözünk.

Úgy kezdődött, hogy kaptunk egy lakást, és nekiláttunk alakítani. Itt ledöntöttünk egy falat, ott befalaztunk egy ajtót, vésték a plafont, fúrtuk a parkettát. Végül minden elkészült, kivéve a radiátor mögött a csempézést, mert a radiátort nem engedték leszerelni, így hát ott a mai napig sincs csempe, és beköltöztünk.

Sanyi éppen kétéves volt, a születésnapi tortáját már az új lakásban kapta, és kapott egy önálló szobát is, meg egy új félelmet: egyedül kellett aludnia. Nemsokára megszületett Matyi, de Sanyi félelme ettől még nem múlt el. Esténként az ágya mellett kellett ülni, ötször-hatszor elmondani, hogy nem jön senki, és felsorolni, hogy ki lakik a lakásban.

— Hát ki lakik itt, kisfiam?

— A Matyi, meg a Sanyi, meg anya, meg... apa, csak ő máshol — tette hozzá.

Merthogy apa közben elköltözött. Először csak a legszükségesebbet vitte el, a magnót, ötven darab magnószalaggal, a súlyzót, meg a szakkönyveit. A bokszkesztyűt is szerette volna, de azt Sanyi nem engedte. Nyolc óra felé érkezett. A zajra Sanyi kijött az ágyából, nézte apját, ahogy berámolja a holmikat a liftbe, és közben visszacsente a bokszkesztyűt.

A többi holmijáért egy év múlva jött el, addigra már minden elrendeződött, apa a Krisztinél lakott, és Sanyi szerint Kriszti finom vacsorát tud főzni. Szóval apa elvitte a maradék holmiját. Ezúttal nappal jött, és lerámolt a polcokról egy halom poros könyvet, a gyerekek éppen betegek voltak, és nagyon élvezték a felfordulást. Elvitte az öltönyét is, meg a télikabátját, továbbá a bokszkesztyűt.

— Majd nálunk játszol vele — győzte meg apa Sanyit.

És elvitte a szobából az asztalt. Ezért, amikor elment, behúztuk a szobába a konyhai asztalt, a másikat meg, amelyik a hallban volt, kivittük a konyhába. Csakhogy most a konyhában nem lehetett a padhoz férni. Hát mindent visszacsináltunk. Visszavittük az újdonsült konyhait a hallba, a szobait a konyhába, és a nagymamától kaptunk egy asztalt a szobába. Mert minden megoldódik.

És mert minden megoldódik, nemsokára költözünk.

Rombolunk és építünk, hurcolkodunk, újat kezdünk. Ilyenek vagyunk.

Anyu elutazott

Egy szép napon a kisfiú anyukáját, két nagy bőrönddel együtt elvitte a vonat, és a kisfiú otthon maradt a nagymamával. Vele maradtak a játékai, nap mint nap várták a barátai az óvodában, és a nagymama is nagyon szerette őt. Mégis, amikor eszébe jutott az anyukája, elszomorodott. Eleinte gyakran jutott az

eszébe, mert otthon minden gyökeresen megváltozott. A nagymama nem úgy szelte a kolbászt, és másképp adta rá a ruháját, a szekrénybe tette a hajszárítót és a polcra a fésűt. Erről aztán a kisfiúnak rögtön eszébe jutott az anyukája, és mérgesen azt mondta:

— Az anyu ezt nem így szokta! Nem így kell! Az anyu a polcra teszi a hajszárítót! A fésűt nem oda kell tenni!

Szegény nagymamának főhetett a feje, ha nem akart haragot. Ezt pedig nehéz volt elkerülni, mert a kisfiú már nemcsak akkor mondta, hogy ezt nem így kell, amikor a nagymama valamit másképp csinált, hanem akkor is, amikor bosszantani akarta őt.

— Ezt nem így kell, az anyu nem így szokta! — ellenkezett vele, és erről mindjárt eszébe jutott az anyukája.

Telt-múlt az idő, és ők megbarátkoztak egymással. A nagymama játszott vele, és megnevettette, a kisfiú pedig megtanulta, hogy a nagymamánál sem lehet lefekvés után az ágyból kimászkálni, és jobb, ha nem pisil be éjjel. Az anyukája küldött neki képeslapokat, meg néha telefonált, és a kisfiú most már jobban szeretett a nagymamával beszélgetni, mint a telefonba azzal az idegen hanggal, aki azt mondta neki, hogy „szia, itt anyu".

Anyuka éjszaka érkezett meg, amikor ő már aludt. Reggel felébredt, átment a másik szobába és ott találta az anyját az ágyban, a szoba közepén meg ott volt egy hófehér, piros csengős bicikli.

— Szia arany kisfiam, hű de megnőttél, amióta nem láttalak! — mondta neki az anyja, és összevissza csókolta.

— A bicikli az enyém? — kérdezte a kisfiú, és be sem várva a választ, ráült.

Még aznap kipróbálták a parkban. Jól ment, csak a pótkerekeit kellett igazgatni. A kisfiú minduntalan mamának szólította az anyját: így hívta a nagymamáját.

— Mama, ja, anyu nyomd le a biciklit — mondta neki.

Másnap az óvodában mindenkinek elmesélte, hogy az anyukája hozott neki egy biciklit. Sírt, amikor az anyu elment.

— Nagyon siess értem! De ugye sietsz? Ne menj el a dolgozóba! Várj, adok még egy puszit — tartotta vissza őt az óvoda ajtajában.

Este, lefekvés után kimászkált az ágyból, míg csak az anyja rá nem parancsolt, és akkor visszament sírva, nagynehezen elaludt. Éjjel pedig arra ébredt, hogy befolyt a pisi. Aztán teltek-múltak a hetek, az anyja játszott vele, és megnevetette, a kisfiú pedig megtanulta, hogy a hajszárítónak a polcon a helye, és éjszaka már nyugodtan aludt. Így aztán megint úgy éltek, mintha el sem ment volna az anyja, és ezzel véget ért az utazás.

A reggel

A reggeli jókedv igen bizonytalan. Egy banánhéjon elcsúszhat. Vagy egy útivasalón, mint például ma.

Sanyi és Matyi korábban ébredtek, mint máskor, ezért játszásra is jutott idő. Mikozben én a reggelit készítettem, Matyi a kisszéket a szekrényhez tolta, és megpróbálta a felső polcról lerángatni a hajszárítót. Sanyi persze észrevette és kiabált: „Anyu gyere gyorsan, a Matyi leveszi a hajszárítót". Mentem, és kivettem Matyi kezéből a hajszárítót, erre ő kezdett el ordítani, és én reggel nehezen viselem el az ordítást. A hajszárítóért cserébe odaadtam hát az útivasalót, mondván, azon nincsenek gombok, masszív szerkezet, nem tehet kárt benne. És azért is, hogy csöndben ihassam meg a teámat.

Én tehát csondben iszom a teámat, ő meg barátkozik a vasalóval. És amikor indulnunk kell, megkérem, hogy tegye a helyére, de nem akarja. Ordít, dobálja magát, alig tudom ráadni a kabátot és mindketten megizzadunk. Még a lépcsőházban is keservesen zokog.

— Ne sírj Matyikám, hideg van az utcán, megfázik a torkod.

Ő csak sír.

— Megvár otthon a vasaló, majd délután játszol vele — próbálkozom újra, de Sanyi is megszólal:

— Én is akarok játszani a vasalóval.

Matyi még jobban sír.

— Na gyertek, bemegyünk a trafikba és veszünk rágót — javasolom, és nagyon szeretném már, ha elhallgatnának.

Bemegyünk hát a trafikba, de rágógumi nincs. Van ellenben francia drazsé, olyan kis apró cukorka, milliónyi egy zacskóban. Megveszem, és a bölcsődéig már nem történik semmi, a gyerekek békésen szopogatnak.

A bölcsődében kezdem vetkőztetni Matyit, és megkérem Sanyit, hogy vegye ki a kabátom zsebéből Matyi zokniját. Sanyi már óvodás, ő szokta a szek-

rényből elővenni Matyi bölcsődés cipőjét, most pedig a zoknit keresi. Turkál a zsebemben, de nem abban, amelyikben a zokni van, hanem a másikban, amelyikben ott a cukor. Egy pillanat, és ott gurul a millió cukor a kövön, a felnőttek lába között.

Sanyi sírni kezd, a szülők taposssák a szétgurult cukrokat, Matyi meztelenül áll az asztalon. De az élet nem áll meg. Előrángatom a zoknit, ráadom Matyi lábára a cipővel együtt, aztán gyorsan beküldöm és söprűt, lapátot kérek. Söprünk, Sanyi bemászik az asztal alá a sarokba, szedegeti a cukrokat. Végre szemétben van az egész.

— Anyu?! Veszel délután rágót? — kérdi Sanyi szipogva.

— Hagyj engem a rágóval, és induljunk el már végre — huzakodom ki a bölcsődéből.

A saroknál veszi észre, hogy ott maradt a pénztárcája, és nekem is eszembe jut, hogy elfelejtettem elrakni a Matyi levetett holmiját. Visszamegyünk és megtaláljuk a pénztárcát, van benne hat forint, és Sanyi azt mondja, hogy majd ő vesz magának rágót.

A reggel ezzel lezárul, nyugalomban telik el az út az óvodáig, és ez így most már rendben is volna, csak még azt nem tudom, hogyan fogok este két gyerek között megosztani egy útivasalót...

Mese a sárga Holdról

Aznap este a Hold nemcsak furcsán sárga, hanem különösen nagy is volt. Még azt sem tudtuk pontosan, hogy a lemenő Napot, vagy pedig a feljövő Holdat látjuk-e, ezért megkérdeztük a szomszédunkat:

— Mondja Levente, mi ez? A Hold?

— Igen, ez a Hold. Most jön fel. Tudja Katika, telihold van.

— Látod, kisfiam, ez a Hold.

De addigra az én kisfiam már háttal állt a Holdnak, a szemét eltakarta a kezével, és reszketett.

— Anyu, vigyél be!

Fölemeltem, bevittem, lefektettem.

— Mi volt ez, anyu?

— Hallottad, mit mondott Levente? A Hold.

— És miért olyan nagy?

— Mert telihold van.

— És mért sárga?

— Azt nem tudom, ilyet még én se láttam.

— És nem jön be a szobába?

— Nem, kisfiam. Messze, magasan kering a Föld körül, és éjszaka világít, hogy orra ne bukjunk.

— Anyu mesélj a Holdról!

— Tudod, a Holdat ilyen nagynak és kereknek csak egyszer látjuk egy hónapban, teliholdkor Azután fogyni kezd. Addig fogy, amíg kifli alakja lesz. Kifliholdat már te is láttál ugye? Hát ez ugyanaz a Hold, csak most éppen kerek. Mert most telihold van. És ilyenkor erősebben világít. Teliholdkor lámpa nélkül lehetne sétálni az erdőben.

— És nem jön be a szobába?

— Nem! Mondtam már.

— És világít a sötétben, hogy orra ne bukjunk?

— Igen.

— Anyu, maradj itt, amíg elalszom.

Maradtam. Amikor elaludt, kijottem. Az ajtó előtt ott állt a zöld autó. Helyére toltam, az asztal alá. Olyan világos volt, hogy nem buktam föl benne.

A Szigeten

Az első napfényes, enyhe januári napon, az óvodából kijövet elhatároztuk, hogy kimegyünk a Szigetre, megnézni a kacsákat. Sietünk a bölcsődébe, hogy még világosban toljuk ki Matyit, és aztán felszálltunk a szigeti buszra. Hamarosan megérkezett a buszsofőr, csodálkozó arcán látszott, hogy régóta nem szállított gyerekeket a Szigetre, és mindjárt el is indította a buszt.

A Palatinusnál leszálltunk, és elindultunk a kacsák felé. Olvadt a hó és tócsák voltak mindenfelé. Sanyi kerülgette a tócsákat, Matyi tolta a kocsiját, nem nézett se jobbra, se balra, a lába alá se, bokáig gázolt a hólében, még jó, hogy a csizmája vízhatlan. Gyereket egyáltalán nem láttunk, felnőttet is csak egy kutyát sétáltató párt és egy tréningruhás embert, a tréningruhás kétszer is elfutott mellettünk. A virágoskertet hó borította, szemben velünk, úgy száz méternyire, két bokor között feketerigók ugrándoztak, lármáztak. Talán azt mondták az ő madárnyelvükön, hogy:

— Jé, gyerekek!

Volt egy fél zsemlénk, szórtunk nekik morzsákat, de csak egy veréb mert odajönni. Így hát övé lett a zsákmány, mi meg mentünk tovább, a kacsákhoz. Ott voltak mind, meg az a két gólya is, amelyik megette a maradék zsömlét. Hiába is dobáltuk a kacsáknak, mindig ők kapkodták el.

A kacsákhoz nyáron is többször eljöttünk a kishajóval. Átvágtunk a parkon a gyerekek meg a felnőttek között, aztán lementünk az első lépcsőn a rakpartra — két részletben. Előbb Matyi és a kocsi, majd Sanyi és a bicikli —, aztán a másik lépcsőn a kishajóhoz — ismét két részletben —, és végül a harmadikon föl a Szigetre.

Ott aztán nekiindultunk, és néha még a kacsákhoz is eljutottunk. Mert a kacsákig sokat kell biciklizni, és nem lehet megállni labdázni, kavicsot gyűjteni. Nem is mindig értünk oda, de amikor odaértünk, megbámultuk őket. Tipegnek, hápognak, és égnek áll a fenekük, ha lebuknak a víz alá. Megnéztük az őzeket, a kutyákat, a kakasokat. Volt úgy, hogy bottal megturkáltuk a virágoskert földjét. Néha még nyitott szárnyú pávát is láttunk.

De most csak a kacsákat néztük meg, és a két gólyát, aztán már sötétedett. Jó éjszakát kívántunk nekik, és jöttünk visszafelé, a feketerigók megint mondták, hogy „Jé gyerekek", és talán azt is hozzágondolták, hogy akkor közeledik a tavasz.

A tavaszt mi is nagyon várjuk, különösen én, mert Matyi az istennek se akart a buszra fölszállni, és rekedtre ordította magát, ettől megint beteg lett, immár ötödször ezen a télen.

A troli

Itt megy az utcánkban a troli, éppen az ablakunk alatt: meglódul, a házunk megremeg, és Matyi megszólal:

— Toli.

Hát igen, a trolit nem lehet nem meghallani.

Ezen a trolin jártam nyolc évig az iskolába. Vagyis jártunk: én és az öcsém. Kiugrottunk az ágyból, rohanás a fürdőszobába. Ha Feri megelőzött, ott toporzékoltam az ajtóban, hogy „Engedj már be, elkések"! Ha én előztem meg, Feri kiabált, hogy „Siess már, fél nyolc lesz öt perc múlva"! Szép nyugodtan megmostam a fogam, aztán közöltem vele, hogy nem ilyenkor kell fölkelni, és nekiláttam fésülködni. Közben apu megfőzte a család egyik felének a teát, a másiknak a kávét, és elkészítette a tízórait. A tea ihatatlanul édes volt, a vaj ehetetlenül vastag. Néha, táskarendezés idején öt vajas kenyér hullott ki a táskámból. No de már rohantunk is a trolimegállóba.

Amint a kapun kitettük a lábunkat, Feri és én idegenek lettünk, nem ismertük egymást. Álltunk egymás mellett a troliban, elbámultunk a másik feje fölött, és nem beszéltünk. Csak ha én leültem, akkor mondta Feri, hogy néni tessék idejönni, a kislány átadja a helyét, vagy ha egy bácsit meglöktem a táskámmal, és rám szólt, hogy „nem tudsz vigyázni", akkor mondtam, hogy nem én voltam, hanem ez a fiú, mellettem.

Nyolc évig jártunk a trolin, reggel az iskolába, este haza, és játszottunk, hogy nem ismerjük egymást. Aztán felnőttünk és elfelejtettük a trolit.

Csak most, hogy Matyi felfigyel a hangra, hogy azt mondja „toli", amikor a troli elzúg az ablakunk alatt, csak most veszem észre, hogy még mindig itt jár, viszi az utasokat, és lehet, hogy a gyerekek most is rohannak utána, nehogy elkéssenek az iskolából.

A nagypapa

A nagypapa szerette az unokákat. Öt percig nagyon szerette őket. Azután is szerette őket, csak valamivel kevésbé.

Az unokák szerették a nagypapát. Szerettek az ágyán ugrálni, a rádióját csavargatni, leramolni az íróasztalát. Szerették a kávéfőző dugóját kihúzni a konnektorból az illegő-billegő állólámpa mögött, szerettek bebújni az asztal alá, szerettek inni a nagypapa poharából. Mindig kértek tőle kristályvizet.

A nagypapa mindig adott nekik, és adott nekik csokit is, vacsora előtt tíz perccel. A nagypapa azt szerette, ha az unokák ülnek az olében, és simogathatja, puszilgathatja őket. Az unokák is szerették ezt, egy percig. A nagypapa simogatta az olében az unokákat, az

unokák meg visítottak. Amint lehetett, visszabujtak az asztal alá, vagy felcsavarták a szőnyeget.

A nagypapa szeretett az állatos könyvből mesélni. Elővette az állatos könyvet, és megmutatta a képeket.

— Nézzétek, víziló. Azt mondja a víziló, van tetűm millió.

A nagypapa szerette a rigmusokat.

Az unokák is szerették az állatos könyvet, annyira szerették, hogy ki akarták tépni a kezéből. A nagypapa helyére tette a könyvet, és odaadta nekik a nagyítót. Az unokák ezt is szerették, ezért ezt egymás kezéből akarták kitépni. És visítottak. A nagyító leesett a földre, a nagypapa fölvette, és szólt az unokák anyukájának, hogy most már viheti őket.

A nagypapa szerette a búcsúzkodást, és rájuk akarta adni a kabátot, az unokák elszaladtak, és elorozták a kulcsot, a nagypapa visszaszerezte, az unokák köszönés nélkül elrohantak, és a nagypapa visszaterítette a szőnyeget.

Nagyon szerette az unokákat, és alig várta, hogy újra láthassa őket.

Mese rólatok

Akkor már veszettül rosszul állt a szénánk. Balhé volt a vacsoránál, balhé volt a fürdetésnél, kiöntötted a kávét, megpofoztad Matyit, kitaláltad, hogy belehuppansz hátulról a kádba, ettől Matyi pizsamája csupa víz lett, és az én terveim —, hogy fél nyolcra aludni fogtok, nyugalom lesz, és dolgozhatom — romba dőltek.

Matyi fölébredt, amikor betettelek az ágyadba, mert sírtál, hogy nem engedtelek a fürdés után játszani, fölállt, és elkezdett hangoskodni, te kiüvöltöttél a konyhába, hogy nem hagy téged aludni, én viszont vacsorázni szerettem volna, ha hagytok. Közölted, hogy kakilni kell, és ez hihető volt, mert a kakilásról persze megfeledkeztünk, hát kijöttél és ráültél a bilire, én pedig nekiláttam mosogatni, és kiejtettem a kezemből a bögrét.

Matyi édesen gagyarászott a szobában, te pedig felfedezted, hogy a játékok szanaszét vannak, és persze, hogy rádjött a nagy rendetrakhatnék, így hát én söpörtem az öszetört bögrét, te hordtad a játékokat.

Aztán utánad mentem.

— Mit csinálsz? Az összes mesekönyv kihullott. És hogy kerül ez a lap a szoba közepére? A munkám! Mit csináltál a munkámmal? Belegépeltél! Hát ebből elég! A mai napból aztán tökéletesen elég. És most szó nélkül elmész lefeküdni, gyerünk, egy mukkot se halljak!

Erre te azt mondtad, hogy helyre kell rakni a biciklit, én meg azt, hogy nem, és te kiabálni kezdtél, hogy garázsba kell vinni a biciklit, és én kiabálni kezdtem, hogy nem viszed sehová azt a biciklit, és te sírni kezdtél.

— Na jól van, ne sírj már, háromszor igazán elég garázsba vinni egy biciklit, most már szépen áll, nem, nem vagyok haragos, tényleg nem, gyere lefeküdni, nézd, Matyi már alszik.

Nőnek a gyerekek

Most tél van, Sanyi négy és fél éves, Matyi kettő és fél. De ez a történet nem most kezdődik, hanem nyáron, fönn a hegyen, ahol nyaraltunk. Akkoriban ugyanis Sanyival, mi tagadás, olykor nehéz volt. Na nem mindig. Csak ha jött valaki, ha aludni kellett, ha meg kellett osztani a játékát egy másik gyerekkel, ha valami nem úgy történt, ahogy azt ő kigondolta.

Hát igen. Ha azt akartam, hogy ebéd után aludjon, én is lefeküdtem, visszafojtott lélegzettel, némán és az járt a fejemben, hogy jaj, csak aludjon el ez a gyerek, csak föl ne ébressze Matyit, csak eszébe ne jusson, hogy pisilnie kell, csak föl ne fedezze, hogy berepült egy légy az ablakon. De persze eszébe jutott, és felfedezte. Pisilt, behoztuk a lapátot, kikergettük a legyet. Jó esetben nem ébresztettük fel Matyit. Aztán visszafeküdtünk, és egyszerre csak arra ébredek, hogy Sanyi énekel:

— Megfogtam egy szunyogot, nagyobb volt egy lónál...

Vagy itt van a futóverseny. Futóversenyt rendeztünk. A nyolcéves Ildikó, a hatéves Kata és Sanyi voltak a részvevők. Kitűztük a célt, meghatároztuk az elindulási pontokat; legközelebb a célhoz a legkisebb, vagyis Sanyi, legtávolabb a legnagyobb, vagyis Ildikó. Sanyi azonban egy pontról akart indulni a többiekkel, és elsőnek akart célba ér-

ni. Ehhez mindenáron ragaszkodott, és következetesen üvöltött, amikor a nagyok lehagyták.

Aztán egyszer megharapta Katát, akit pedig nagyon szeret, valami biciklijügy miatt. Hogy Kata ráült a biciklijére, vagy hogy nem ült rá, már nem is tudom.

No, de mindennek vége.

Sanyi nagyfiú lett. Egyedül alszik, nem haragszik az idegenekre, sok barátja van, és megosztja velük a játékait. Néha figyelmeztetés nélkül elrakja a játékokat, és egyszer már a trikóját is összehajtotta fürdés előtt.

Nem így Matyi. Matyi este énekel, és pisilni akar, meg vizet inni, nem akar aludni, és Sanyit sem hagyja. Szétrúgja, amit Sanyi épít, és harap. Harap, ha Sanyi ráül a biciklijére, veszekszik és toporzékol, ha valami nem úgy történik, ahogy azt ő kigondolta.

Most tél van, és én várhatom a nyarat, hogy Matyi megjavuljon és ha Matyi jó lesz, akkor még mindig nem biztos, hogy Sanyi is jó marad, és akkor várhatom a következő telet, meg a következő nyarat, és ez most már mindig így lesz...

Molnár Katalin

Egy apa emlékeiből

Mikor első fiam megszületett, a kórházi folyosón sehogy sem bírtam lépést tartani a csúszós, porckopásos nagynénik, nagybácsik hadával. S utolsónak érkezvén, a rokoni hátak pajzsként zárták el előlem az újszülöttszoba ablakát. Pali bácsi megkocogtatta az üveget, s megrendelte a régen várt szenzációt:

— Átányi Szabolcsot kérjük!

Mikor a nővér az ablakhoz hozta a vörös, tátott szájjal üvöltő újszülöttet, egy pillanatra áhitatos csend támadt. Aztán Pali bácsi elismerően csettintett:

— Karakán kis legény, tisztára az apja!

— Mint két tojás! — toldotta meg Nusi néni.

— Le se tagadhatnád, Laci! — jelentette ki egy köpcös öregúr, akit most láttam életemben először.

— Nézzétek az orrát! Ez a te orrod, Laci!

— Még a füle is Lacit formázza!

Mikor a rokoni gyülekezet már sorba szedte a gyerek minden jellegzetességét, s megállapította róluk, hogy mindenben rám, a boldog apára ütnek, egy újabb összevetés céljából felém fordultak a fejek, mivel én még mindig leghátul téblábóltam. Kihasználva a pillanatnyi érdeklődést, átvágtam magam az üvegablakig. Megpillantva a hadonászó kis kezet, közelről, megdöbbenve olvastam a szalagon: Szabóki Henriett.

— Ez nem az én fiam, nővérke! — tört ki belőlem a meghökkenés.

— Ez Szabóki Henriett — mutogattam a szalagra. — Tévedés történt! Átányi Szabolcsot kérjük!

A nővér bocsánatkérőleg intett, majd néhány pillanat múlva megjelent egy másik vörös, visító csecsemővel. A rokoni had szégyenkezve hallgatott, mígnem a kínossá vált csendben felbrummogott Pali bácsi basszusa:

— Karakán kis legény... tisztára az apja!

— Mint két tojás — toldotta meg Nusi néni.

Hát így kezdődött. S azóta megszületett a másik fiam is. Szabolcs már 14 éves. Ajti 10, Zsolti 3 éves.

Ám a régi emlékek még frissek.

Másfél éves Szabolcs fiam a nagyszülők mértéktelen rajongását élvezi. Bármit mond, az aranyos, bármit tesz, az jól áll neki. Ha valamit nem tud, ha rossz fát tesz a tűzre — ugyan mit vártok egy ilyen kis gyerektől — felkiáltással tussolják el a nagyszülők a váratlan, kellemetlen epizódot. Így aztán

Szabolcs a világ legtermészetesebb dolgának tartja, hogy mindenki az ő kívánságait lesse.

Történt egyszer, hogy kettesben maradtunk odahaza. Nekem sürgősen ki kellett javítani a tanítványaim iskolai dolgozatait. Az otthoni játéktér teljes tartalmát Szabolcs elé borítottam a szőnyegre, remélve, hogy csak leköti egy kis időre. Én magam pedig, háttal csemetémnek, az asztalhoz ültem és belemélyedtem a dolgozatfüzetekbe. Hogy milyen folyamat ment végbe fiam lelkivilágában, az most, így utólag könnyű rekonstruálni, de akkor nem is gondoltam erre, a gyanúnak még a leghalványabb árnyéka sem merült fel bennem. Csak arra rezzentem össze, hogy valami elsüvített a fülem mellett. Odanéztem a becsapódási helyre és meglepetten ismertem fel gyermekem cipőjét. Hátrafordultam. Szabolcs félig mezítláb, diadalmas pózban ült a szőnyegen, s nem volt nehéz kiolvasni a tekintetéből:

— No, kellett ez neked? Talán velem is törődnél egy kicsit?

Régi tapasztalat, hogy a nagyszülők jelenléte felszabadító hatással van az unokákra. Ha nagymamáék ellátogatnak hozzánk, a 3 éves Szabolcs mindig elemében érzi magát. Laposkúszással közlekedik a szobában, a bútorokat hegycsúcsoknak véli. Mit tehet ilyenkor a jó nagymama? Próbálja csillapítani a rakoncátlan unokát.

— Ha rossz leszel, én elmegyek — mondja, s indul az ajtó felé. A fiam néhány pillanatra megszeppen, aztán ugyanott folytatja. Ám az ijesztgetések is megkopnak idővel. Mikor legutóbb anyósom színlelt távozásával próbálta fiamat jobb belátásra bírni, Szabolcs kaján mosollyal rohant utána.

— Nagymama, itt hagytad a táskádat! S a biztonság kedvéért utána vitte.

Aztán véget ért az egykekorszak, Szabolcs negyedik évében járt, mikor óvatosan tudomására hoztuk, hogy nemsokára testvére születik. Szépen meghallgatta a mondókánkat, majd rögtön a tárgyra tért:

— És mikor vesszük meg?

Tovább puhatolóztunk, hogy milyen kistestvért is vár. Szabolcs rögtön kibökte, mintha csak egy új kisautóról lenne szó.

— Pirosat!

Magyaráztuk, hogy olyan nincs. Pedig az újszülöttszoba ablakánál való többszöri kukucskálás után mondhatom, mennyire reális ez a kívánság.

— Ha nincs piros... hát akkor mást — mondta belenyugodva.

Első fiúnkat nehezen tudtuk rákapatni a köszönésre. Ha séta közben ismerős közeledett, mindig előre figyelmeztettük, de bizony nehezen nyögte ki a felnőtteknek kijáró csókolomot.

Mikor kistestvérét, Ajtikát hazahoztuk a kórházból, némán, megilletődötten figyelte a néhány napos apróságot.

— Hát köszönj a kistestvérednek — biztattuk.

Szabolcs nagyon illedelmesen kibökte:

— Csókolom!

Életem legszörnyűbb napja volt, mikor az öthónapos Ajtit elvitte a zöld mentőautó a László Kórházba. Vérhas! Ennek a betegségnek azért volt olyan borzalmas a neve előttem, mert 1945 tavaszán, a nagy járvány idején kistestvérem, Jancsika ebben halt meg. Itt, a László Kórházban, egyéves korában.

Felejthetetlen a kép. A pavilonba nem engednek be bennünket, a kertből lehet benézni a nagy üvegablakon, a kicsi ott fekszik a pólyázóasztalon. Fölül van nyitva a szellőzőablak. Szólok hozzá:

— Ajti! Ajtika!

Félig a hang felé fordítja a fejét és nevet, nevet. Megismerte a hangomat. Leírni nehéz azt a megkönnyebbülést és határtalan boldogságot, amit ilyenkor érez az ember.

Tíz nap, és vihettük haza. Napsütéses februári nap volt, fehéren izzott a hó és kemény hideg volt. Takaróba bugyolálva vittem a kicsit. Nézett rám és nevetett egyfolytában. Bugyborékolt

szájában a kacagás. Talán megérezte, hogy ővele valami rossz történt, hogy szerencsésen túljutott egy szörnyű betegségen. Talán csak a megszokott arcok hiányoztak a szoba, a bútorok, az a rendkívüli ragaszkodás és szeretet, amivel körülvettük. Kacagott egész úton a fagyban. Másnap belázasodott, de az már semmi volt, az a kis torokgyulladás.

A csecsemőt, a totyist, a kisgyereket becézgetjük. Ez természetes velejárója a gyerekkel való jó kapcsolatunknak. De jó, ha mindegyiknek külön becenevet találunk. Középső fiúnkat kisebb korában időnként apu cicájának szólítgattam. Mikor megszületett a legkisebb, hozzá is így fordultam néha. Egyszer meghallja a középső, s megrovóan szól rám: mit hallok? Hisz az én vagyok!

Sokan azt hiszik, hogy az első gyereknél mindent megtanul az ember, s a többit már okosan neveli. Igenám! De az első csak a kicsi, a második már a kisebb, ez a nagy különbség. Az apaság ízére sem jön még rá igazán az ember az első gyereknél. Meg aztán... banánt viszek haza, mondjuk. A két nagyobb felkiált:

— Hurrá! Banán!

A kicsi azt mondja:

— Banánt hozott az én édes apucikám!

Persze másként nézi az ember, ha ez a kis aranyos tesz rossz fát a tűzre. Így aztán mi is a harmadikat neveljük a legrosszabbul. Másfél éves koráig csak el-elaltatgattam esténként. Aztán héttől nyolcig már nem sikerült ez a művelet. Egyszerűen nem volt álmos. Kicsi a lakás, ilyen kicsi gyerek mellett úgysem tud sehova elmenni a szülő. Be kell kapcsolni a tévét. Azt vidáman végignézi, nem álmos. Lekapcsoljuk a készüléket. Még nem megy az ágyába, most mesélni kell. Aztán rászokott, hogy csak közöttünk alszik el. Úgy kell minden este az ágyába vinni. De valami óra működhet benne, mert pontosan az éjszaka kellős közepén felébred, nagy talpcsattogtatással kitrappol és közénk bújik. Néha már fel sem ébredünk, csak mikor megfordulunk, akkor érezzük félálomban, hogy már ott van közöttünk. Minden érvet ismerünk, hogy ez miért helytelen, de egyszerűen nincs energiánk erről leszoktatni.

---

14 esztendő egy teljes gyermekkor. Mi aggodalom, éjszakai lázcsillapítás, orvosi várókban üldögélés — és nevetés, öröm, az együvé tartozás szép érzése fér bele. Tegnap még a pelenkáját mostam, ma meg egy levelet találok az asztalon. Így kezdődik: „Édesem"! Szemérmesen félretolom, ennek a címzettjét már a családon kívül kell keresnem.

Átányi László

Nagyszülők és unokák

A felnövő fiúk, lányok szülei mustrálgatva figyelik gyermekeik partnereit. Kissé féltékenyen gondolnak arra, hogy ez lesz-e az, aki majd elviszi tőlük féltve őrzött, sok gonddal felnevelt gyereküket. Valóban nehéz megbarátkozni azzal a gondolattal, hogy a gyerek lassan máshoz fog tartozni, örömeit, gondjait, titkait mással fogja megosztani. Próbára teszi a szülőt az a pillanat, amikor gyereke bejelenti házassági szándékát. — Hiszen még olyan fiatal, olyan tapasztalatlan. Jobb volna, ha még mellettünk élne! — gondolják vagy mond-

ják is. A fiatalembernek azonban az a célja, hogy a saját életét élje azzal, akit szeret, és hogy önálló családot alapítson. Bármilyen nehezére esik is a szülőnek megválni a gyerekétől, átadni őt férjének-feleségének, mégis ki kell állnia ezt a próbát.

Üres a ház, kirepültek a gyerekek. Hiányzik a lárma, a sokszor pokolba kívánt magnózene, a fiatalok nyüzsgése. Elhagyatottnak érzik magukat a szülők. Ez a rossz hangulat, e rossz közérzet azonban egyszeriben megváltozik, amikor megérkezik az unoka.

Új örömforrás

Nagyszülővé válni, az valami más dolog, új helyzet, új szerep, új örömforrás. Az „elvesztett" gyerek helyébe lép az unoka, a nagyszülő újból átéli vele saját gyerekének korai éveit. Érdekes módon, aki a saját gyerekének nem is volt a legmegértőbb anyja vagy apja, aki sokszor rideg, vagy túl követelő volt, az is ellágyul az unokával szemben. Az unoka mindig a legszebb, a legokosabb, a legügyesebb, valóságos zseni. Mármint a saját nagyszülője szemében. Az unoka megfiatalítja a nagyszülőket, új aktivitásra serkenti őket. Színt, vidámságot hoz kissé egyhangú életükbe. A nagypapa megfeledkezik fájós derekáról, és négykézláb mászkál a padlón, ha az unokája arra kéri, hogy kutyust játsszanak.

Nagyon ritka az a nagyszülő, különösen nagymama, aki nem veszi fel azonnal a nagyszülőszerepet. Az addig csak magának élő, önző vagy hivatásának erősen elkötelezett ember is hamarosan átalakul és vállalja a rá kirótt feladatokat az unoka körül. Áldozatvállalásával még gyakran túlzásokba is esik.

A mai életforma mellett bizony gyakran szükség van a nagyszülői segítségre, de ügyelni kell a szülőknek arra, hogy mikor és mennyi segítséget kérnek. Azt senki sem várhatja el, hogy a nagymama — aki még fiatalos, és szívesen élné a saját életét —, minden idejét az unokára áldozza.

Egy nyugdíjas nagymamától halottam, hogy az első unokát elvállalta egész napra, mert nem vették fel a bölcsődébe. Most a másodikat már nem vállalja, inkább visszamegy a vállalatához dolgozni, s a keresetéből megfizeti a nénit, aki megbízhatóan gondozza a kicsit. Az ő egészsége nem kifogástalan, gerincének árt az emelgetés, azonkívül őszintén bevallja, szívesebben végez irodai munkát, mint a gyermekgondozást. Rossz néven vehetjük ezt tőle? Egyáltalán nem. Az emberi szabadság tiszteletben tartása megkívánja, hogy mindenki azt csinálja, amit örömmel vállal. Ha ez a nagymama kényszerű kötelességből gondozná a csecsemőt, az egyiküknek sem tenne jót. Így viszont egyegy alkalomra boldogan elvállalja.

A csecsemő számára az elsődleges, a legfontosabb személy az anya. Az anya és gyereke között már az első napoktól fogva kialakuló érzelmi kapcsolat a meghatározója minden későbbi érzelmi kapcsolatnak, ezért olyan fontos. Az anya akkor „tanul rá" a csecsemőre, ha mindig ő gondozza, ő foglalkozik vele. Így hangolódnak össze mozdulataik, így ismeri fel az anya a lassan differenciálódó sírás hangjairól, hogy mi az igénye a csecsemőnek.

Tudni kell visszavonulni is

Kedves nagymamák! Ebben az időszakban tudni kell visszavonulni. Ha még olyan nehéz is. Természetes, hogy az újszülött védtelensége és a fiatal anya szülés utáni fizikai gyengesége esetleges bizonytalansága igényli, kívánja a segítőkészséget. Segítsünk is. Mossuk, vasaljuk ki a pelenkákat, készítsünk ízletes enni- és főleg innivalókat az anyának, teremtsünk körülötte kellemes, kényelmes környezetet.

De: ne akarjuk mi tisztába tenni, fürdetni, ringatni, teáztatni a csecsemőt! Az anyára tartozik ez. Az ő kettőjük ügye. Ne sértődjünk meg, ha ebből kimaradunk, lesz még sok örömünk az unokából. Az első időben hagyjuk, hogy az újdonsült anya kisajátíthassa magának a gyerekét. Lehetőleg ne is szóljunk rá, ha valamit — szerintünk — helytelenül csinál. A kritika csak bizonytalanná, kapkodóvá teszi. Ha jól összehangolódik a gyerekével, rá fog jönni, hogy milyen mozdulatokkal teheti kellemesebbé a fürdést, milyen melegen vagy langyosan issza legszívesebben a kicsi a teát. Összehangolódásuk következménye lesz a jó anya-gyerek kapcsolat, és ez az egészséges személyiségfejlődés feltétele.

A csecsemő számára az azonosság, az állandóság, az egyformaság végtelenül fontos. Megsínyli, ha mások más tempóban fürdetik, etetik, vagy csak másfajta mozdulatokkal nyúlnak hozzá. Nyugtalan, sírós lesz tőle.

A nagyapa számára általában a csecsemő még nem sokat jelent. Nem látja sem szépnek, sem csúnyának, csak síró emberkének. Őt zavarja a sírás, a mindenütt száradó pelenka. Nem is érdemes erőltetni az érdeklődését. Majd később, amikor a gyerek már rámosolyog — úgy féléves kora után —, akkor biztosan még fogja hódítani. Hát még, amikor a térdére fog kéredzkedni, és kívánja, hogy lovagoltassa! Hiszen ebben senki sem tudja utolérni a nagypapát. Egész sereg dalt, mondókát tud, talán még saját gyerekkorából.

A harmadik életév körül már sok mindenben partnere az unoka a nagyszülőnek. Minden egészséges gyerek, aktív, tevékeny, szereti utánozni a felnőtteket, boldog, ha segíthet azok munkájában. Megtisztelő számára, ha feladatokkal bízzák meg. Élvezettel hozza oda a nagypapa papucsát, örömmel adogatja neki a szerszámokat. A konyhában a nagymamának segédkezik, előhozza a krumpliskosarat, kiveszi a hűtőszekrényből, amire szükség van, elrakja a fiókba a kanalakat. Segít beágyazni, büszkén cipeli a párnákat.

Jó, ha a nagyszülő — túl féltésből vagy aggodalmaskodásból — nem korlátozza az unoka tevékenységi vágyát. Nem mondja neki: „Ehhez még kicsi vagy! Csak kilocsolod a vizet! Megvágod a kezedet!", hanem örömmel veszi segítő szándékát. Az 5 éves Barbara például boldogan segít a konyhában, megtanult már burgonyát tisztítani is, sőt még a kövét is felmossa. Nagymama és Barbara szövetségének külön zamatot ad: mindez azért történik, hogy Anyut együttesen meglepjék, mindent elkészítsenek, mire hazaér.

„Vasárnapi" és „hétköznapi" nagyszülők

Ha a nagyszülők őszinte örömmel fogadják ezeket az apró segítségeket, azokból később valóságos haszon lesz. De az sem árt, ha a kisgyerek már most megtanulja, hogy az idősebb ember nehezebben hajol le, az elgurult gombot ő könnyebben tudja felvenni. Ebből következik az is, hogy a koros embereknek jár az ülőhely a villamoson, vagy az, hogy a 8 éves sportoló fiú könnyebben cipeli haza a nehéz szatyrot a piacról, mint a fájós lábú nagymama. Az idős embereknek kijáró tiszteletet, kíméletet így, a gyakorlatban egyszerűbben és biztosabban sajátíthatják el a gyerekek, mint a prédikációkból.

Az anyáknapi ünnepélyen sírástól elcsukló hangon köszönte meg egy beteges, egyedülálló idős asszony azt a segítséget, amelyet a VII. osztályos úttörőktől kapott. Naponta ketten, felváltva vitték el az ebédjét, bevásároltak neki, kitakarították a szobáját. Soha nem volt fennakadás, ha az ügyeletes megbetegedett, más helyettesítette. Ezek a gyerekek tiszteletbeli nagymamájukká fogadták a nénit, ragaszkodtak hozzá, hogy ünnepélyükon részt vegyen, taxival hozták el.

Nem tesz viszont jó szolgálatot unokája jellemfejlődésének az a nagymama, akit a buszon figyeltem meg. Az egyetlen ülőhelyre unokáját ültette le, ő maga állva maradt, és fogta az izmos, 7 év körüli kisfiú iskolatáskáját. Olyan nagyon fáradt lett volna a kisfiú, és olyan gyenge? Hiszen akkor nem is volna iskolaérett, nem is járhatna iskolába!

Más a helyzetük a nagyszülőknek, ha közös lakásban laknak az unokával és más, ha külön élnek. Az előbbieket nevezzük hétköznapi, az utóbbiakat vasárnapi nagyszülőknek. Az alapelv azonban azonos: az unoka nem játékszer (egészen kicsi korában sem), hanem nagyon fogékony, érzékeny ember, akit sem félrevezetni, sem gúnyolni, sem kinevetni, sem becsapni soha, semmilyen körülmények között nem szabad!

A nagyszülők kialakult szerepe, hogy kényeztessék az unokákat. Több szeretettel vegyék körül, tobbet engedjenek meg nekik. Úgy gondolják, hogy megtehetik, hiszen nem ők fogják felnevelni, nem ők felelősek a jövőjéért.

A külön lakó „vasárnapi" nagyszülőhöz vendégségbe jár az unoka és nagyon pontosan megérzi, hogy ott mást, többet tehet, ott őt a vendégnek kijáró megkülönböztetéssel fogadják. Lehet hancúrozni a rekamién, fel lehet mászni a szekreny tetejére is. Ebből a kényeztetésből nem is származik kára, mert nem állandó, nem folyamatos.

Sokkal nehezebb az együtt lakó nagyszülőknek. Ösztönös igényét, a kényeztetést vagy a gyerek védelmezését nem élheti ki szabadon. Mert ha megteszi, akkor az unoka olyan nehéz helyzetbe kerül, mint a 4 éves Gabi, aki nem szeret oltözni, pedig már középső csoportos óvodás. Anyja próbálná következetes türelemmel kivárni, amíg ügyetlenkedve, próbálkozva majd csak sikerül a nehéz művelet. De a nagymama ezt kegyetlenségnek érzi, máris odapattan és feloltözteti Gabit. Gabi így

nem sajátítja el a korához mért készségeket, lemarad az óvodában, kezdik csúfolni a gyerekek.

A „hétköznapi" nagyszülőktől hatalmas önuralmat kíván az, hogy ne szóljanak bele a fiatalok életébe, ne akarják a fiatalokra erőltetni a hosszú életen át összegyűjtött tapasztalataikat. Ezzel biztosan pokollá tennék az együttélést, hiszen a mai fiataloknak sok mindenben más a felfogásuk. A központi ütközési felület nyilvánvalóan az unoka nevelése lenne. Azt pedig tudomásul kell venni, hogy az unoka elsősorban a szülők gyereke, ők nevelik.

Harmónia és rivalizálás

A nagyszülők néha közelebb állnak a kisgyerekhez, jobban megértik őt, mint a szülők. Mintha az élet kezdete és vége jobban közelítene egymáshoz. Például a reggeli felkelésnek következetesen ellenálló Petit a nagymama egy humoros szóval hamarabb meg tudja nyugtatni, mint a munkába siető, kapkodó édesanyja. Az ilyen apróság számtalan konfliktus, civakodás forrása lehet. Az anya féltékennyé válik a nagyanyára, úgy érzi, hogy az elkényezteti Petit. És megindul a harc a gyerek szeretetéért, aminek biztos, hogy a gyerek lesz az áldozata.

Krisztina a tv-nézés tilalma alól keres és talál menedéket a nagyszülők szobájában. A szülők (helyesen) úgy vélik, hogy a híradó megtekintésére semmi szüksége sincs egy óvodásnak. A nagyszülőknek azonban „megesik a szívük". Nem használnak ezzel a kislánynak, mert olyan helyzetbe hozzák, mintha egy felnőttnek két főnöke egymással ellentétes utasításokat adna. Az ilyen „megsajnáltam szegénykét" helyzetek oda torkollanak, hogy a gyerek már maga sem tudja, hogy mik a valóságos követelmények vele szemben. Rosszabb esetben ki is játssza egymás ellen a szembenálló feleket.

Csaba például hosszan győzködte szüleit, hogy engedjék el moziba. Szülei úgy döntöttek, hogy az a bizonyos film nem való egy 9 éves fiúnak. Ám, amint a szülők elmentek otthonról, Csaba a nagypapához fordult kérésével tudván, hogy annak szíve és pénztárcája mindig kinyílik unokája számára. Így is történt.

Az együtt lakó nagyszülőknek a szülőkkel egységben, harmóniában kell élni, viselkedni, azonos nézeteket kell képviselni, mert különben a viharok egymást követik és az unoka „nehezen nevelhető"-vé válik.

Szülők és nagyszülők között a féltékenység veszedelmes játékká fajulhat, különösen akkor, ha ez a gyerekek kegyeiért folyik. A gyerekek sokkal okosabbak, mint hinnénk, mindent megéreznek, a ki nem mondott szavakat is meghallják. Ilyen légkörben könnyen fejlődik kellemetlen kis zsarnok belőlük. A 4 éves Zoli körül minden este cirkusz támad amiatt, hogy ki fürdeti meg. Apa, anya, nagyanya, nagyapa mind szívesen részt venne a jóízű mulatságban. Zoli azonban szeszélyesen válogat. Egyik nap ezt, másik nap azt részesíti kegyeiben. Akit kiválasztott, annak viszont engedelmeskednie kell, nem térhet ki a feladat elől, nem mondhatja, hogy most szívesebben elolvasná az újságot. A kisfiút már sikerült olyan zsarnokká nevelni, hogy nem tűr ellenvetést.

A másik — rossz eredményt hozó — rivalizálás az, amikor az egyik nagyszülőpár a másik nagyszülőpárral vetélkedik, s ez abban nyilvánul meg, hogy ki vesz több, nagyobb, értékesebb ajándékot karácsonyra, születésnapra. A gyerekek a legegyszerűbb játékkal tudnak a legjobban játszani. A túl sokat tudó (felhúzható, szerkezetes, elemmel működő) játékokhoz már nincs mit hozzátenni a fantáziának. Kétszer játszanak vele, aztán megunják. Így a sok pénzért vásárolt játék legfeljebb csak a hencegés tárgya lesz, nem valódi öröm. A túl sok játékszer pedig kapkodóvá teszi a gyerekeket.

Közös örömök

Örömet szerezni minden nagyszülő szeret. A 3 éves Andris nagymamájának a táskájából is mindig előkerül valami „kis kincs", amikor megérkezik hozzájuk. Egy üres doboz, vonatjegy, műanyag flakon, prospektus vagy egy szép piros alma. Legutóbbi alkalommal egy kis képet hozott, amely mogyorót evő mókust ábrázolt. András — kinek egy hatalmas szekrénye van dugig játékokkal — ezt a képecskét mindenkinek megmutatta, nézegette, mesélte, összehajtogatta, kisimította, zsebébe tette, majd más helyet keresett számára, egész délután ezzel foglalkozott.

A „vasárnapi nagyszülő"-nek lényegesen könnyebb a dolga, mint az együtt lakónak. Neki nem kell részt vennie a

mindennapok apró harcaiban, a „Fogat mosni pedig muszály!", a „Csak még egyet akarok játszani", a „Gyerünk már aludni!"-ban. Nincs alkalma belebonyolódni abba az érzelmi gubancba, ami az ellenállásokat okozza. Nem kell állást foglalnia, hogy kinek van igaza: Katának, aki csak még mind az öt babáját akarja megfürdetni, vagy apjának, aki azt állítja, hogy ilyenkor már indulni kell az óvodába.

A külön lakó nagyszülő vendégségbe jön, vendégként fogadják. Lehetőleg nem tesz megjegyzést, nem kritizál még akkor sem, ha nem tetszik neki valami. Játszik az unokájával, elégedetten nyugtázza fejlődését. Esetleg megvarrja, megjavítja mindazt, amire a dolgozó szülőknek nem jut idejük.

A vasárnapi nagyszülő elviszi az unokát. Tudja, hogy mikor mi érdekli. A játszótérre mennek hintázni vagy kirándulni az erdőbe, mezőre. Virágot szedni, makkot, vadgesztenyét gyűjteni. Busszal, villamossal nagyszerű felfedező utakat tesznek lakóhelyük eddig ismeretlen tájain. Elmennek a múzeumba, kiállításra, együtt élvezik a látványokat. A nagyobbakkal cirkuszba, moziba, bábszínházba járnak a nagyszülők.

A közösen átélt örömről, élményről nagyszerűen el lehet beszélgetni, meg lehet vitatni, az sem baj, ha a nagyobb gyerek azt tapasztalja, hogy egy bizonyos dologról más az ő véleménye és más a nagyapáé. Anélkül, hogy ezért lenéznék vagy kinevetnék egymást. Tiszteletben lehet tartani azt, hogy a nagyapa esetleg nem olyan járatos az űrkutatás legújabb eredményeiben, vagy nem olyan egyértelműen rajong a beaténekesekért. Lehet vitatkozni is, érvelni is, még akkor is, ha egyik fél sem győzi meg a másikat.

Vendégségbe menni a nagyszülőkhöz nagyszerű esemény mindkét fél számára, és a szülőkre is ráfér néha egy szabad nap. Természetes, hogy a nagymama a lehető legfinomabb falatokkal várja az unokáját, mert minden nagymama jól ismeri unokája ízlését. A nagyszülők lakásában sok érdekes régi tárgy, kép, fotó van, melyeket lehet nézegetni. Biztosan megengedik, hogy az unoka lerámolja a díszpárnákat a szőnyegre, és abból építsen magának kuckót. Abban aztán úgy be lehet rendezkedni, hogy akár egész napra való szórakozás lesz belőle. A nagyfiú elhozza a bélyeggyűjteményét és a nagyapával együtt rendezgetik. A serdülő nagylánynak a nagymama megvarrja a jelmezét a farsangi mulatságra, rongyoszsákjában akad mindenféle anyag, fantáziájában meg kitűnő ötletek.

Igazi mese

A mai társadalmi fejlődés mellett előfordul, hogy a nagyszülők olykor primitívebbek, elmaradottabb gondolkodásúak, mint a szülők. A szülők néha attól tartanak, hogy ez ártalmas a gyerekre, visszahúzó hatást gyakorol rá. Néha nem is engedik el hozzájuk például falusi nyaralásra, pedig ezzel rengeteg örömtől, érdekes élménytől fosztják meg a városi gyereket. A természet közelsége, az állatok nevelése, a gyümölcsszedés, a földműves munkák olyan információkat adnak, amelyeket könyvből nem lehet megtanulni. S ha közben téves nézetek, babonák ragadnak a gyerekre, helyére fogja tudni tenni azokat, hiszen mégiscsak a szülők a legfontosabb emberek számára, azok nézetei a döntőbbek.

Viszont a nagymamától meg lehet tanulni a konyhaművészet fortélyait, a szép falusi dalokat, a régi szokásokat. A nagyapától pedig megtanulhatják, hogyan kell alaposan és nagyon pontosan dolgozni, a szerszámot, a kést kiélesíteni, vagy egyéb mesterségbeli fogást leshetnek el. — Attila még beszélni is alig tudott, mikor minden eltörött, elromlott tárgyat félretett „A papa megcsinálja!" felkiáltással. Azóta is szinte varázslónak tartja az ezermester nagyapát.

Az idős emberekből áradnak az emlékek, memóriájuk jobban megőrzi a régebben történteket. A legtöbb nagymama, nagyapa nagyszerűen tud mesélni. Mindenről és semmiségekről. Az állatokról, a fákról, a virágokról, apa-anya gyerekkoráról. Sokkal érdekesebbek ezek a mesék, mint azok, amelyeket könyvből lehet felolvasni. Akkor is, ha nincs irodalmi értékük.

A 3 éves Gergőnek könyvtárnyi könyve van, nagyon szereti, ha felolvasnak neki. De a nagymamától mindig újra és újra azt a történetet akarja hallani, hogy édesanyja gyerekkorában titokban egy egész üveg köhögés elleni szirupot megivott, mert nagyon ízlett neki. Daninak kisfiú korában sokat mesélt a nagypapa. Nem tündérmeséket, hanem utazási élményeket. Munkája során gyakran járt hivatalos küldetésben Keleten, s az ott látott tájakról, emberekről, szokásokról érdekes történeteket mondott el. Dani érdeklődése nyilván ekkor alapozódott

meg, a gimnáziumban kiváló biológus, földrajzos lett, most etnográfusnak készül.

A 12 éves Miki és nagyapja kapcsolata más területen szövődik. Mikinek kiváló technikai ötletei vannak motorok, szerkezetek készítésére. A kivitelezést a nagyapával együtt oldják meg, akinek nyugdíjas mérnök létére sok tapasztalata van, s aki elismeri Miki szárnyaló fantáziáját, de közelíti is a valósághoz.

Kellenek a „gyökerek"

Eddig általában a harmonikus nagyszülő, unoka viszonyáról volt szó. Vannak azonban konfliktussal terhes kapcsolatok is. A nagyszülő elégedetlen a gyerek képességeivel, elviselhetetlennek tartja a modorát, a szokásait. Ez többnyire akkor következik be, ha a nagyszülő az egyik szülővel is elégedetlen. Természetesen ez soha nem az ő gyereke, csakis a beházasodott lehet. Úgy véli, attól örökölte az unoka mindazt, ami rossz benne. Ez bizony gyakran előítélet, csak saját ellenszenvüket vetítik ki, viszik át az unokára.

Még rosszabb eset, ha a szülők elváltak és a „birtokon belül lévő" nagyszülők állandóan ócsárolják az elvált apát vagy anyát. A gyerek úgyis súlyosan szenved a válástól akkor is, ha a szülők élete nem volt harmonikus. — Pali legkisebb engedetlenségére már felcsattan a jóslat: „Te is olyan leszel, mint az a gazember apád!"

A gyerekek felnövéséhez, a társadalomba való beilleszkedéséhez szükségesek a hagyományok, a gyökerek. Világosabbá válik számukra az emberiség fejlődése a család fejlődésének tükrében. Rendkívüli módon érdekli őket a szülők gyermekkora, meg az, hogy hogyan éltek régebben az emberek. Ilyen módon élik át a történelmet. Ehhez nyújtanak segítséget a nagyszülők.

Hoffer Éva

Szülők és nevelők

Van-e szülő, aki ne szeretné, hogy gyermeke társadalmilag hasznos, dolgos, kiegyensúlyozott, művelt felnőtté váljon; hogy elérje és túlszárnyalja az élet minden területén azt a szintet, amelyről ő maga indult el? Az önálló, felnőtt életre a gyermeket a családi környezet és az oktató-nevelő rendszer együttesen készíti elő. Ha a családi és társadalmi nevelés összhangban van, kölcsönösen kiegészítik egymást, akkor mindkét oldal nevelőtevékenységének eredménye megsokszorozódik, míg a szembenállás lassítja, akár az iskola, akár a szülői ház legpozitívabb nevelő hatását is.

Alma mater

A családi és társadalmi nevelésnek sok-sok összefüggő, elválaszthatatlan közös vonása van. Csak a legszembetűnőbbekre kívánunk utalni. Az anya, a szűk családi környezet tanítja meg a gyermeket beszélni. Tudjuk, hogy a tisztaságra szoktatás, az életritmus kialakítása — pszichológiai értelemben — szintén tanulás, illetve tanítás. Ebben az értelemben a szülők a gyermek első tanítói. Az iskola neve viszont régi, diákos elnevezéssel: Alma mater = tápláló anya. A nevelő, aki a gyermek tudásvágyát elégíti ki, a tápláló anya szerepébe kerül. Így tevődik össze a tudatunkban a szülő-nevelő kép.

Már a primitív társadalmakban sem csak a szülők nevelték gyermeküket. Rendszerint a legtapasztaltabb, a legidősebb felnőtt feladata volt a fiatalok felkészítése a közös munkára, és a törzs kultúrájának, mitológiájának megtanítása. Az athéni államban a nevelésnek már fejlett rendszere alakult ki. A családfő egy „házitanítót" fogadott a gyermek mellé, hogy tanítsa, vagy a városi iskolában folyt a nevelése. E korból származik a pedagógus elnevezés is. E két példa említésével az a célunk, hogy utaljunk a nevelők és a szülők közötti társadalmi munkamegosztás általános szükségességére. Minél magasabb szintű egy társadalom termelési, gazdasági

rendje, annál több és sokoldalúbb képzett nevelőre van szükség ahhoz, hogy a felnövekvő nemzedék szellemi kibontakozását elősegítsék. A szülői ház mellett — az óvodától az egyetemig — soksok nevelőn is múlik, hogy milyenné is válik a felnövekvő nemzedék.

Vizsgáljuk meg a közös célt, a társadalmilag értékes, alkotó, az élet örömét élvező ifjú-nevelését milyen szülő-nevelő kapcsolat segíti elő.

A bölcsődében még figyelünk egymásra

A gyes bevezetése óta mind több csecsemő számára válik lehetővé, hogy élete első három évében családi környezetben nevelkedjen. Ebben a korszakban az anyai gondozást tartjuk a legmegfelelőbbnek a csecsemő számára. Mégis — elsősorban anyagi okokból — jelentős számú kisgyermek kerül hároméves kora előtt bölcsődébe. A bölcsődei gondozónők elsősorban az anya ellátó funkcióit veszik át. Az a tapasztalatunk, hogy a bölcsődei gondozónők és a szülők még kölcsönösen odafigyelnek egymás észrevételeire, megfigyeléseire. Sok bölcsődében a gyermek fejlődési lapjára rákerülnek az anya észrevételei: milyen ételt kedvel a gyerek, milyen az alvás-mozgás igénye. Szinte soha nem hallani olyan gondozónőről, aki a gyermeket nem szereti vagy akivel a szülők szélsőségesen rossz kapcsolatban lennének. Ebből a szempontból mindent megtesz a bölcsőde, hogy nemcsak tárgyi, hanem személyi feltételeivel is biztosítsa a gyermek számára az otthon melegét.

Míg a gyermek bölcsődei elhelyezésére csak akkor kerül sor, ha a gyermek ellátását nem tudja a családi környezet biztosítani, a 3—6 éves gyermek számára az óvoda olyan többletet nyújt, amit a szülői ház már nem képes biztosítani. Az óvodás korú gyereknek szüksége van arra, hogy egykorú társaival kerüljön kapcsolatba. Az óvodai nevelés hozzájárul ahhoz, hogy a gyermek a felnőttek segítsége nélkül cselekedjen, hogy fokozatosan önállóvá váljék.

Konfliktusok óvodás korban

Az óvodás korú gyermek nevelése körül akkor kezdődnek el a problémák, ha különbség van az óvoda és az otthon nevelési elvárásai, módszerei között.

A különbség kétféle lehet. Vagy az otthoni légkör demokratikusabb, vagy az óvodai. Nézzünk mindkettőre példát:

A legtöbb konfliktus a fegyelmezés, a büntetés körül zajlik. Az a gyermek, akit otthon túlfegyelmeznek, szigorúan büntetnek, az óvoda megértő, engedelmes légkörében kezelhetetlenné válik. Ha otthon minden eszközt igénybe veszünk, beleértve az ígérgetést, a fenyegetést, a verést — ahhoz, hogy a felnőttek ráerőszakolják az akaratukat, akkor az óvodai légkörben nem csoda, ha a gyermek kezelhetetlenné válik.

Hogyan alakulhat ideálisan az óvoda és az otthon kapcsolata? Minél közelebb vannak egymáshoz a gyermek két életterének nevelési elvei és elvárásai, annál jobban erősítik, minél távolabb, annál inkább gyengítik az egymás pedagógiai ráhatásainak az erejét. Az a jó, ha a szülő nem büntet azért, amit az óvodában szabad, és ha nem biztat arra, amit az óvodában nem szabad megtenni a gyereknek. Gondoljunk csak a verekedés-visszaverés körül kialakuló szülők és óvónők közötti konfliktusokra. Vegyünk további példákat az életből. A négyéves Jutkának otthon nem kell minden ételt megennie. Szabad bizonyos ételeket nem szeretni, szabad a tányérján lévő ételből otthagynia, és emiatt senki sem haragszik meg rá. Annyit eszik, amennyire étvágya van. Soha nem erőltetik rá az ételt. Jutka olyan óvodába került, ahol mindent meg kell enni. Ebéd után például a leveses, főzelékes tányért meg kell fordítani, jelezve, hogy üres, nincs benne egy falat sem. Ha a „megfordítást" nem tudja teljesíteni, nem kap a következő fogásból, amit esetleg szívesen elfogadna. Így aztán Jutka nehezen tud eligazodni az otthoni és az óvodai evési szokások között.

Az ötéves Zsuzsinak viszont az óvodában — festés közben — szabad a vízfestékkel kimenni egy kicsit a lap széléről az asztalra, szabad a homokozóban „bepiszkítani" a ruháját, gyurmázás közben a kezét. Egyik „piszkosságért" sem haragszik az óvó néni rá, sőt nyugtatja, hogy homokozás után majd kap tiszta kötényt, festés után lemoshatja az asztalt, gyurmázás után a kezét. Zsuzsinak viszont otthon sem a ruháját, sem az asztalt, de lehetőleg a kezét sem szabad bepiszkítania. Sokszor a szülők nem gondolnak arra, hogy a „tiszta játékkal" elveszik az onfeledt játék oromét a gyermektől.

Itt most hasonló nehéz helyzetbe kerül a gyerek. Konfliktus támad az óvodai „szabad" és az otthoni „nem szabad" között. Az esetek többségében ezek a gyerekek az óvodában úgynevezett peremhelyzetbe kerülnek. Gátoltak, félénkek lesznek, a közös játékhelyzetekből mindig kimaradnak. Sorolhatnánk a példákat, a helyzetek lényege közös: meg kell próbálni közelíteni a nevelési elveket egymáshoz. Talán az általános szerető, megértő nevelési elvárások elterjedésétől várhatjuk azt az ideális szülő-nevelő kapcsolat kialakulását, amelyet már sok forrásból, könyvekből, rádióelőadás-sorozatból egyaránt megtanulhat minden szülő és nevelő.

Általános iskola: alakul a személyiség

A szülők és a tanítók kapcsolatának veszélyes pontja a gyermek házi feladatának elkészítése, a kötelező tárgyak becsomagolása és a fegyelmezés kérdése.

Hogyan lehet összhangot teremteni az iskola és az otthon elvárásai között? Talán akkor kezdődik az ideális kapcsolat, amikor mindkét fél — az iskola és az otthon is — vállalja a maga részét a kisiskolás nevelésében. Ha az otthoni nevelés sikeres volt, akkor 6 éves korára képes a gyermek az iskolai rendhez alkalmazkodni. A hatéves gyermeknek azt a képességét, hogy felismeri az iskolai feladathelyzetet, az iskolaérettség egyik alapfeltételének tartjuk. Az iskolaérett gyerektől a pedagógus elvárhatja, hogy — kezdetben szülői segítséggel — becsomagolja a tanuláshoz szükséges dolgait, pontosan érkezzen az iskolába, elkészítse a feladatát. Az iskola feladata viszont az, hogy felkeltse és erősítse a gyermek tudásvágyát, érdeklődését, és megteremtse a tanuláshoz szükséges osztályfegyelmet. Érezzük, hogy milyen nagyon nehéz elválasztani egymástól az iskola és az otthon feladatkörét. A rendszerhez nem szoktatott gyereket valóban nehéz az iskolában „megnevelni", „rendre szoktatni". Viszont az iskolában az érdektelen, unalmas órákon nyugtalan vagy rendetlen gyermek fegyelmezése nem a szülők feladata. Az intők, rovók halmazától nem lehet elvárni azt, hogy a szülő „besegítsen" az iskola fegyelmezési tevékenységébe.

Mégis van mód arra, hogy összhang alakuljon ki. Igaz, ehhez a szülőknek, nevelőknek a nevelés fő kérdéseiben közös elveket kell vallaniuk. Mivel az iskolában szakképzett pedagógusok kezében van a nevelés, az ideális helyzet kialakulását akkor remélhetjük, ha a szülő is sokat tanulhat a gyermekét nevelő pedagógustól. A gyerek személyiségét tisztelő nevelő nemcsak a szülőtől tudhat meg sok mindent; hanem a gyermek személyiségét is csak akkor képes megismerni és megérteni, ha odafigyel a szülői viselkedésre, a családi kapcsolatokra.

Az általános iskola felső tagozatán fokozatosan emelhető a gyermek önállósága. Az önállóság nemcsak a becsomagolásra, a házi feladat elkészítésére, hanem a szabadabb program készítésére is kiterjedhet. 10—14 éves gyereket segíteni kell abban, hogy fokozatosan önállóan intézze iskolai dolgait, és barátaival is szabad kapcsolatot építsen ki.

Gimnázium, szakiskola: az összhang még fontosabb

A gimnázium a szakközép- vagy ipariskola diákjaitól már elvárható, hogy a tanulás az önként vállalt feladataik közé kerüljön. Talán a 14—18 éves korosztály szüleinek és nevelőinek legfontosabb dolga, hogy a serdülő ne magára erőltetett kényszernek érezze az iskolát, a tanulást. Hogyan lehet ezt elérni? A szülők-nevelők, de tágabb értelemben az egész társadalom példamutatása nélkül aligha. Csak olyan családi, iskolai, társadalmi légkörben várható el a gyermek fokozatosan megerősödő hivatástudata, amelyben a szülők sem emlegetik vágyakozva azt a szép napot, amikor „megrendezik a munka temetését!" Olyan iskolai közösségben, ahol a diákok megérzik a pedagógus munkájában a szenvedélyes elkötelezettséget az emberré neveléssel.

Mint láttuk, minden iskolatípusban nagy jelentősége van a szülők és a nevelők közötti összhangnak. Van azonban egy területe a nevelésnek, amit külön kiemelnék. És ez a materialista és a vallásos nevelés kettősségének a következménye. A szabad vallásgyakorlás — minden magyar állampolgár alkotmány biztosította lehetősége. Tudjuk, hogy még szép számban vannak vallásos szemléletű családok. Sokan járnak templomba, többen tartják meg az ünnepeket a vallási előírások szerint. Az iskolában viszont a materialista szellemű oktatás folyik.

Hogyan lehet megakadályozni azt, hogy a vallásos szülők gyermeke ne kerüljön konfliktusba, hazugságba vagy titkolózásba az iskolában? Azt gondoljuk, az alapvető konfliktus nem abból származik, hogy a szülők vallásos — az iskola viszont materialista szellemben nevel. A konfliktust az okozza, ha a gyermeknek ezt el kell titkolnia a nevelői előtt. A kölcsönös megértést itt különösen fontosnak érezzük a szülők és a nevelők között. Amit a nevelőnek kell megértenie a gyermek helyzetéből az az, hogy a gyermek a két szemlélet között választási helyzetbe kényszerül. A belátó szülő viszont azzal könnyítheti meg a gyermeke nehéz helyzetét, ha titkolnia, de minden áron követnie sem kell a család vallásos meggyőződését. Talán ebben a helyzetben a vallásos szemléletű szülőktől kell nagyobb megértést elvárnunk. Ne kényszerítse gyermekét titkolózásra, és vallásos meggyőződésének feltétlen követésére sem. Beszéljen gyermekével korának megfelelő szinten arról, hogy ő ugyan vallásos, de majd gyermeke, ha felnő, maga dönti el, hogy vallásos lesz-e, vagy sem? És szeretetét akkor sem vonja meg, ha nem szülei elveit követi.

Amikor egy-egy család felneveli a gyermekét, a társadalom egyik tagját készíti fel az önálló, felnőtt életre. A nevelés — mint láttuk — már a társadalom legkoraibb korszakában sem kizárólag csak a család keretei között zajlott, nem a szűk család ügye volt.

Napjainkban a család érzelmi nevelése mellett egyre nagyobb szerepet kap a különböző fokú oktatási intézményekben folyó értelmi és az ettől elválaszthatatlan érzelmi nevelés. Minél közelebb kerül egymáshoz — bölcsődétől az érettségiig — a szülők-nevelők elvárása, megítélése, annál eredményesebbé válik az emberré nevelés.

Dr. Virág Teréz

Így vártam...

Már kisgyermekként elhatároztam, hogy ha nagy leszek, öt gyereket szülök. Döntésemet befolyásolhatta; hogy egyedüli gyermekként éltem szüleim, nagyszüleim, több nagynéném és más felnőtt rokonok között.

Tőlem is — mint a többi hasonló korú gyerkőctől — gyakran megkérdezték:

— Mi leszel, ha megnősz?

Egyetlen dédelgetett elképzelésemet ismételgettem:

— Anyuka leszek.

— Persze, persze — mondták a felnőttek — anyuka leszel majd, de mit fogsz dolgozni?

— Csak anyuka leszek és kész — válaszoltam öntudatosan.

Úgy gondoltam, nincs jobb a világon annál, ha valaki anyuka lehet. Szinte láttam, hogy körül vagyok véve a gyermekekkel és mindent együtt csinálunk. A kislányokat öltöztetgetem, fésülgethetem, babaruhát varrhatok velük, a fiúkkal csatát játszunk, ha boldogok, velük örülök, ha betegek, mellettük ülök és, ha szomorúak, megvigasztalom őket. Velük lehet felkelni minden reggel, örökké maszatos mancsukat megmosni, délelőtt sütni, főzni, finomakat enni. Délután kicsit szundikálni, s utána rengeteg idő marad a játszásokra az esti lefekvésig. Amíg kisebbek, sok-sok mesét mondanék nekik, azután, amikor már nagyobbak, ők mesélnének el mindent, ami velük történt egész nap.

Azt képzeltem: csodálatos dolog, ha az ember anyuka lehet, mert a gyermekei mindig azt teszik, amit ő akar. Csak ránéz gyerekeire, mondania sem kell, mit szeretne, s ők kitalálják a gondolatát úgy, ahogyan én is kitalálom gyermekeim minden vágyát. Úgy gondoltam: a felnőtt nőnek csak el kell határoznia magában, hogy ő anyuka lesz, ehhez választ egy férjet, s máris nő a hasában a kisbaba. Egyszer csak megszüli és azután már valóban igazi anyuka lesz. Remek az anyukaság, mert az anyuka szoptatja a kisbabát, amitől az nagy és erős lesz.

Milyen nagy boldogság lehet, amikor napról napra többet tud a csöppség!

Megfordul, feláll, elindul, szavakat mond, mindent összevissza rámol. Egyszer csak elmond egy verset, az óvodában mindenki őt figyeli: milyen okos, milyen szép!

Hát még amikor iskolába kerül: a kis, rakott szoknya vagy a sötétkék nadrág fehér inggel, a kisdobos nyakkendővel, milyen jól áll rajta! A pajtásai is, meg a tanító néni is mennyire szeretik! Meg is látszik a bizonyítványán: teli van jó jegyekkel, a füzetei meg piros pontokkal. Az anyuka alig győzi aláírni a sok dicséretet.

Nem is tudom, hogyan bírják elviselni az anyukák azt a nagy boldogságot, amikor a kislányuk nagylány lesz, jó pajtásokat, udvarlókat mutat be, azután férjhez megy. A fiúk a legaranyosabb kislányt veszi el feleségül, és kezdődhet minden elölről az unokákkal.

Kislány koromban nagyon csodálkoztam azon, hogy nem minden barátnőm akar anyuka lenni, és főleg, hogy nem akarnak legalább öt gyereket. Ők azt mondták: azért nem, mert az anyukák gyakran mérgesek, folyton kiabálnak és nem örülnek igazán a gyermekeiknek.

— Valami titok, valami varázslat van, amit nem mondanak meg nekünk lányoknak, valamit rejtegetnek előlünk a felnőttek — gondoltam, pedig ez nagyon-nagyon fontos volna ahhoz, hogy mi ne haragos, zsörtölődő, türelmetlen anyukák legyünk majd.

Nagyon szerettem volna, ha valaki elmondja mindazt, amit fontos tudni annak, aki nagyon jól akarja nevelni a gyermekeit.

Önmagamban rengeteg erőt éreztem arra, hogy majd én megmutatom, ha sajátom lesz, ha nem segít senki akkor is, én nyomára bukkanok a rejtélynek.

Elhatároztam, hogy hamar férjhez megyek, gyermekeket szülök és akkor egyszeriben megtudok mindent. És hogy egész biztos legyek abban, hogyan válhatok a legeslegjobb anyukává, olyan pályát választok, ahol a gyermekekre vonatkozó összes ismeretet a legalaposabban megtanulhatom.

Így képzeltem el gyermekkoromban, sőt még kamaszlányként is ilyen egyszerűen, ilyen fekete-fehér alapon, ilyen sok jó szándékkal és érdeklődéssel telten.

Mi történt a valóságban?

Szerelmes, romantikus természetű kislány voltam, olyan, aki naplót ír, emlékkönyve van, és mindkettőt lakattal zárja. Halálosan komolyan vettem a naplóírást és mindazt, amit a lányok és fiúk az emlékkönyvembe írtak. Látom magam előtt a lángoló piros szívben gyöngybetűkkel:

„Evezz, evezz az élet tengerén,
de ki ne köss a bánat szigetén.
Legyen erőd tovább evezni
és a boldogság szigetén kikötni."

Vagy:

„Akkor szeress gimnazistát,
ha tudsz sütni palacsintát"...

Esetleg:

„Írjatok, de mit
légy boldog, csak ennyit" stb.

Sokszor voltam szerelmes mielőtt férjhez mentem, de egyik szerelmemről sem tudtam elképzelni, hogy vele közös kisbabánk lehet.

Az ötvenes évek elején, húszévesen ismertem és szerettem meg egyetemi évfolyamtársamat. Ő is húszéves volt. Akkor pufajkában és bakancsban járt, az évfolyambálra az apukája sötétkék csíkos ruhájában jött. Gárdonyi Gézáról és Arany Jánosról vitatkoztunk, a moziban a Rákóczi hadnagyát néztük meg. Sokféle témánk között a családtervezés még egyáltalán nem szerepelt.

Felnőtt nő voltam, ő éretlen kamasz, de — erre csak utólag jöttem rá — mégis, ismerkedésünk első pillanatától tőle akartam gyereket. Olyat, mint ő. Barna szemű, fekete hajú, szép kezű, okos kisfiút. Neki fogalma sem volt erről: nyelveket tanult, irodalmi ambícióit követte. Minden érdekelte, egy kicsit én is. Nősülni, apának lenni dehogyis akart! Évek kellettek, amíg ráállt — legalábbis arra —, hogy összeházasodjunk.

Az esküvőnk után elkértem édesanyjától a kisgyermekkori fényképeit, attól kezdve állandóan magamnál hordtam őket.

Az egyetemet befejeztük, ami könyvekből megtanulható volt a gyermeknevelésről, megtanultam. Állásunk, lakásunk lett, amire a világon a legjobban vártam, bekövetkezett.

Amikor megtudtam, hogy gyermeket várok, úgy éreztem, valami óriási kincs birtokába jutottam, egyre növekvő érték rejlik bennem. A boldogságot — ami

betöltött — alig tudom leírni. A képzeletemet magával ragadta a lehetőség: saját gyermekem lesz, valódi anyuka lehetek!

Jártam dolgozni, rendeztem a háztartást, barátainkhoz mentünk, ők is jöttek hozzánk, de én mintha kettéváltam volna. Csak egyik részem intézte a tennivalókat, de a másik énem simogató melegben lebegett attól a gondolattól eltelve: gyermekem lesz!

Május volt, szinte a megújuló természettel egyidőben kezdtem én is érlelni emberpalántámat. Sokszor eszembe jutott Illyés Gyula Szekszárd felé című verse:

...„Nézi mit a tágas táj kínál:
gyermeke helyett is
nézi már..."

Esténként, amikor lefeküdtem, ketten maradtunk: hasamban a növekvő kicsike és én. A társratalálásnak, a feloldódásnak olyan perceit, óráit éltem át, amit csak a szerelemben, a testi-lelki harmóniának e legritkább perceiben érhet el az ember.

Nem beszéltem senkinek erről a számomra mindent betöltő élményről, de valószínűleg elárult a ragyogásom. Soha még ilyen jól nem éreztem magam. Az alakomon még nyár elején sem látszott, életformám semmit sem változott. Úszni jártam.

Kinn napoztunk a Lukácsban, ott kérdeztem egyik barátnőmtől, akinek akkor már 3 éves kislánya volt, mit jelent számára az, hogy gyermeke van? Teri azt felelte: megváltozott az élete, sokkal teljesebb lett, ő már nem önmagáért, hanem a kislányáért él, és ez nagyon jó. Mesélte, hogy hazafelé menve mindig egyre jobban siet, mert tudja, várja otthon a gyerek. A lépcsőn fölfelé már rohan és szinte beesik az ajtón.

Ha ők jöttek hozzánk vendégségbe, mindig a legkésőbb érkeztek férjével, mert Teri mindig megvárta, amíg a kislánya elalszik. Teri fáradtabb volt, mint akkor bármelyikünk, de látszott rajta, hogy mégis boldog. Ott, a Lukácsban, a napozóágyon olyan belső átéléssel beszélt az anyaságról, hogy én már alig vártam a decembert.

Évától is érdeklődtem, akinek már két gyermeke volt: neki mit jelentenek a gyermekei? Ő a gyermekeiről beszélve a felelősséget emlegette, amit addig sohasem hallottam tőle. Éva akkori társaságom legbohémabb tagja volt. Éjszakákat táncolt végig lánykorában, sohasem gondolt a másnapra. Gyerekeinek születése előtt Éva gyakran játszott a halál gondolatával — többet ivott a kelleténél vagy több gyógyszert vett be —, most csak élni akart.

Egy idős barátom homlokon csókolt, amikor megtudta a nagy eseményt, azt mondta: „Most leszel csak igazán nő, amikor anya is leszel. Egy nő ugyanúgy követelheti azt a jogát, hogy kihordja és megszülje a gyermekét, mint egy költő, hogy verset írhasson vagy a festő, hogy képet alkothasson, vagy mint az építész, akinek tervei alapján épületek nőnek fel."

Kezdtem kihízni a ruháimat, vettem egy szép csíkos kismamaruhát, először akkor volt rajtam, amikor a Sportuszodába mentünk vízipólómeccset nézni. Azt hittem, mindenki engem néz. Igyekeztem még jobban kidüllleszteni a hasamat. Dehogyis szívtam volna el egy cigarettát, a világért sem ittam volna meg egy pohár bort. Minden fellelhető könyvet, ábrát bújtam, ami a terhességről és az újszülöttről szólt.

Ősz lett és én magam is érett körtéhez kezdtem hasonlítani. Néha égett a gyomrom és nagyon rossz volt ülni. Lassan eltelt a november, közeledett a karácsony, amikorra én a legcsodálatosabb ajándékot vártam.

Ebben az időben kedvenc szórakozásunk volt a férjemmel, hogy a naptárt nézegetve tervezgettük, hogy hívjuk majd Őt. Csak fiú neveket választottunk, mert lány szóba sem jöhetett, legalábbis a leendő apa szerint.

December vége, szerdai nap volt. Délelőtt még dolgoztam, a várban jártam hivatalos ügyben, a nedves csúszós úton nehezen botladoztam. Alig vártam, hogy hazaérjek. Jó korán lefeküdtem, s mintha enyhe fájdalmat éreztem volna a derekamban. Időnként megismétlődött. Pár órát vártam, majd szóltam a férjemnek, ő azonnal kórházba kísért. A hatos villamossal mentünk és az Üllői úton gyalog a klinikára. Nagyszerűen éreztem magam és el sem tudtam képzelni, ho-

gyan fog történni nálam a szülés. Kicsit féltem, de nem mutattam és rettenthetetlen bátorsággal léptem be a szülőszobába, azzal a biztos tudattal, hogy én onnan már csak gyerekkel jövök ki. Hajnal felé elaludtam, de reggel már nagyon erősek voltak a fájásaim. Mintha óriási hegyek zuhantak volna rám, nyomtak és préseltek, úgy éreztem, hogy a csontjaim is kilépnek a helyükből.

Néztem a vánszorgó óramutatót, nyalogattam a számra tett nedves gézt és könyörögtem az orvosnak, hogy szabadítson meg már ettől az őrjítő fájdalmat okozó tehertől.

A madámok nyomtak és húztak, „mindent bele" — harsogták. A forró, sistergő műszeres edények fölé hajló, fehérbe öltözött alakok szinte bűvésztáncot jártak körülöttem. A hófehér mennyezet és a vakító lámpák megsokszorozva sugározták, felerősítették kínjaimat. Hálóingemet a nyakamba tűrték, hullámzó, görcsökbe összerándult testemet a szikrázó szemüvegű orvostanhallgatónő (aki a magzati szívhangokat ellenőrizte) egyre gyakrabban vizsgálta.

És két óra körül, amikor már lélegezni is alig volt erőm, kezemmel az ágy hűvös vasát szorítottam a fejem felett, lábaimat majdnem a mellkasomig feszítették — őrült megkönnyebbülést éreztem. Kissé felemelkedve láttam, amint a szülőágy gumilepedőjén végigcsúszik a belőlem kiszakadt gyermekem.

Azt már nem tudtam megfigyelni, mit csináltak vele, de pillanatok múlva kérdezték a nevét és rövid idő elteltével három másik újszülött társaságában láthattam, amint üvöltve hadonászott parányi ökleivel. Őt elvitték a többi kisbabához, engem még egy ideig toldoztak, foldoztak, azután pihenhettem.

Az első éjszakát sohasem fogom elfelejteni, talán semmit sem aludtam. A boldogság, a megelégedettség, az az élmény, hogy pár szobával odébb ott van az én egészséges kisfiam — nem hagyott elaludni.

Alig vártam a másnap reggelt, amikor újra láthatom. Az a kórházi kocsi, amin 8—10 kisbabát tolnak, minden kismamának ismerős. Azok a hangok is, a nyivákolástól az erőteljes bömbölésig, amit a kocsiban fekvő újszülöttek produkálnak. S ahogyan közeledik a kocsi, a kórtermekben is egyre élénkebb lesz a hangulat. Mindannyian, akik benn fekszünk várakozásteljesen figyeljük az ajtót és óvatosan vesszük át a nővér gyors, biztonságos kezeiből saját kisgyermekünket.

Amikor én végre megkaptam pólyába bugyolált kisfiamat, éppen aludt. Jól szemügyre vettem: olyan volt, amilyennek elképzeltem. Bar tilos volt, én kibontottam, hogy gyönyörködhessem benne. Ismét úgy éreztem, én vagyok a világon a legboldogabb.

Azóta sok esemény történt. Pár nap után hazamehettünk a kórházból. Amikor férjem kitárta előttünk lakásunk ajtaját, s én beléptem a hófehér pólyába bujtatott kisfiunkkal, valósággá lett gyermekkori álmom...

Sok-sok év múlt el azóta.

„Kisfiam" most lett sorköteles. Elkényeztettem? Túl szigorú voltam? — vagy következetlen? Biztosan. Nem találtam ki mindig a gondolatát — ő sem az enyémet? Nem bizony! Az ötösök mellé beírást, intőt is kapott? Gyakran.

Sokszor nem aludt, nyűgös, beteg volt. Időnként annyit kellett harcolni vele, hogy „csatát játszani" nem maradt erőm.

Egyetlen testvérét (sajnos nincsenek öten) gyakran bántja? Előfordul. „Kire ütött ez a gyerek?" — néha nem is tudom.

Voltam-e mérges, haragudtam-e rájuk nagyon? Többször is.

Mégsem lettem kiabálós, zsörtölődő mama, ezt ők, a gyermekeim tanúsíthatják.

A magam számára megoldódott a rejtély. Azért nem lettem elégedetlen és a gondok, a bajok közepette veszekedő, türelmetlen mama, mert akármi történt is, ami átmeneti bosszúságot, bánatot okozott, az hamarosan eltörpült bennem, kiszorította az a változatlanul szívet melengető boldogság: gyermekeim vannak, anyuka lehettem.

Mindaz hasznos volt, amit megtanultam a gyermeknevelésről, de tulajdonképpen a „szülői szakmát" sehol sem tanítják, mert minden esetben mást és másként kell csinálni — azért olyan nehéz, de azért olyan csodálatosan szép is.

Tarkovács Ágnes

Csipkedés

A kislány ismét sírva fogadta Bodónét az óvodában.

— Mi történt Incikém?

— A Kalmár...

— Már megint megcsipkedett?

— Igen.

— Melyik az? Mutasd csak meg.

— Már hazavitték...

A következő napon ugyanez a jelenet, csak azzal a különbséggel, hogy akkor még ott volt a Kalmár. Mokány kis legény, minden huncutságot eleve visszautasító ártatlan kék szemekkel.

— Te vagy a Kalmár? — kérdezte Bodóné.

A kisfiú csak a vállát húzkodta, aztán meggondolta magát és alig észrevehetően rábólintott

— Szerelmes vagy Incikébe?

— Én?!

— Ki más? Hallom, hogy örökösen csipkeded. Márpedig, ha így van, akkor bizony fülig szerelmes vagy belé. Egy ilyen kis legény csak azt a lányt csipkedi, aki tetszik neki. Vagy nem?

Kalmár a haja tövéig elvörösödött. Megfordult, elszaladt. Bodóné elégedetten nézett utána. A csel bejött. Ez se csipkedi majd többé a lányát.

— Mi a baj kislányom?

— A Kalmár...

— Már megint csipked? Hiszen azt mondtad, hogy az utóbbi napokban már nem nyúlt hozzád.

— Nem is... — szipogta a kislány —, hanem a Sárihoz...

— Most őt csipkedi?

— Őt.

— De hát ez már nem a te gondod. Picsogjon ezért a Sári. — Incike nem mondott erre semmit. Már jó darabon elhagyták az óvodát, amikor újra megszólalt.

— Mama! Engem nem fog többet csipkedni a Kalmár?

— Buta vagy! Szeretnéd, ha megint csipkedne?

— Szeretném — mondta a kislány, vagy inkább csak lehelte alig hallhatóan.

Bodóné elmosolyodott. Nem jó — gondolta —, ha egy anya beleszól a gyerekek dolgába. Se most, se később. Ezt jó lesz még idejében megjegyezni.

Tóth-Máthé Miklós

TRIZNA ISTVÁN

ÉBRESZTŐ

Vicik-vacak,
lim-lom, kacat.
Hagyd az ágyat!
Reggel kacag.

Táncot jár a napsugár,
nótát fütyül száz madár
Itt az édes tej,
pattanj gyorsan fel!

ET — ÜD üdítőital család

Gyártja: Erdei Termék Vállalat

Minden évszakban
sporteszközöket, sportfelszerelést
a Szivárvány Sportáruházakból!

Néhány cím: V., Váci u. 26.
V., Múzeum krt. 37.
VI., Bajcsy Zs. u. 13.
IX., Ferenc krt. 8.

BUDAPESTI

VIDÁMPARK

EGÉSZ ÉVBEN NYITVA

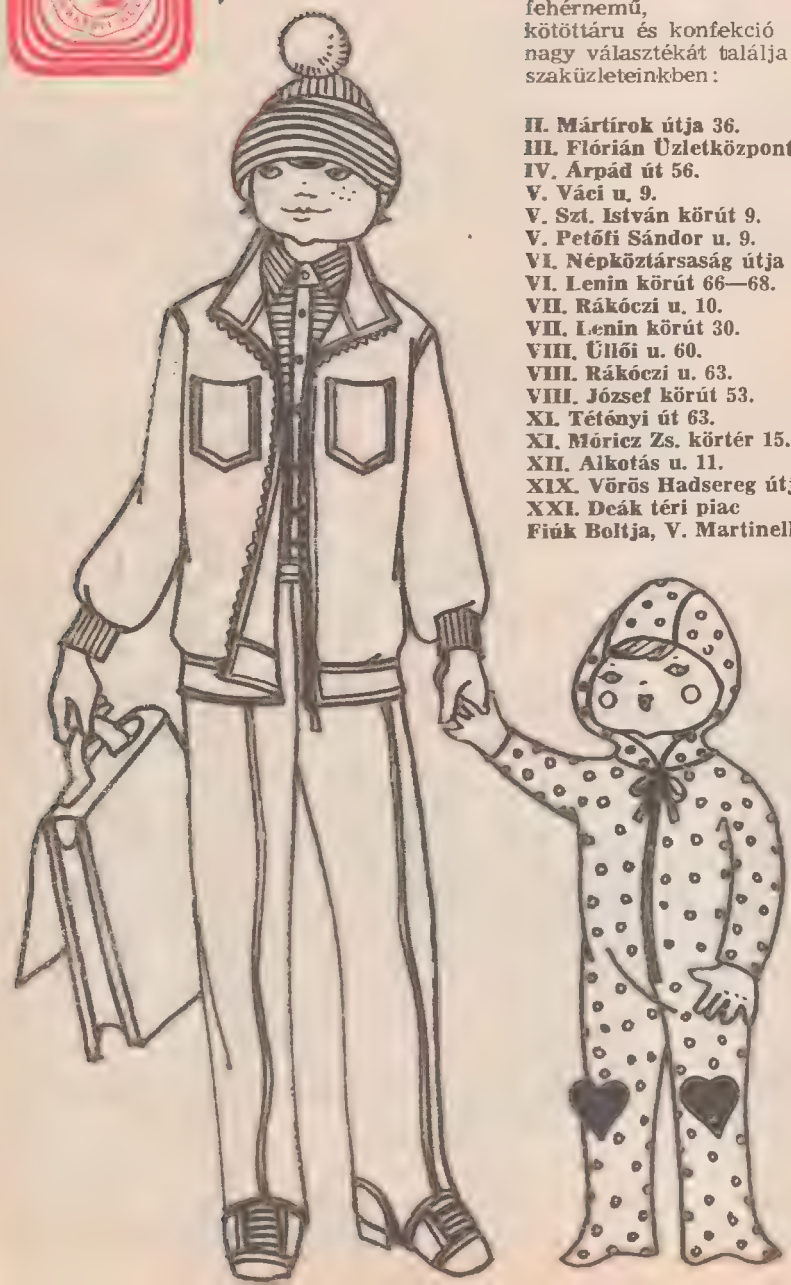
Bölcsőtől az iskolálg

öltöztet a

„Hófehérke!"

Babakelengye, gyermek-
fehérnemű,
kötöttáru és konfekció
nagy választékát találja
szaküzleteinkben:

II. Mártírok útja 36.
III. Flórián Üzletközpont
IV. Árpád út 56.
V. Váci u. 9.
V. Szt. István körút 9.
V. Petőfi Sándor u. 9.
VI. Népköztársaság útja 4.
VI. Lenin körút 66—68.
VII. Rákóczi u. 10.
VII. Lenin körút 30.
VIII. Üllői u. 60.
VIII. Rákóczi u. 63.
VIII. József körút 53.
XI. Tétényi út 63.
XI. Móricz Zs. körtér 15.
XII. Alkotás u. 11.
XIX. Vörös Hadsereg útja 129.
XXI. Deák téri piac
Fiúk Boltja, V. Martinelli tér 4.



EMBERI KAPCSOLATOK

Munkahely és család

Mottó: „A bentiek azt mondták, hogy . . .”

Beszélünk róluk. Tudjuk, hogy Nagyné kikapós, Kissné zsugori, Balogh mindig mólés, Kovácsnak fontosabb a maszek, mint a benti munka, Frank a művezetőnek udvarol, Bótáné titokban pénzeli az elvált lányát, Simon élire rakja a garast, mert telket vett, Rácz lakáscserére gyűjt. Megkérdezzük este: na, mi van, hazahozták a kórházból Fodor kislányát? Elmondjuk, hogy láttuk Apa főnökét, összevásárolta a fél ÁFÉSZ-t. Ott vagyunk a kolléga esküvőjén, a gyerekük névadóján, s csokrot viszünk, ha temetnek. Találkozunk a vállalati rendezvényeken, a brigádkirándulásokon, együtt szidjuk a kultúrost, pont ilyen rossz színdarabra hozott jegyet nekünk?

Jól tudjuk, hogy mi is ugyanígy terítékre kerülünk. Erényeink és hibáink ugyanúgy közismertek a város túlfelén lévő más üzemben, hivatalban. Apánk és anyánk beszél rólunk, s mi szólunk róluk. Dicsérjük, vagy rosszallóan soroljuk az ottani munkaviszonyokat, az embereket, a főnökséget, a keresetet.

A statisztikai évkönyv adatai szerint ma hazánkban 10 millió 710 ezren laknak. Az ország népességének csaknem a fele, több mint 5 millió 83 ezer ember, aktív kereső. A lakosság további egyötöde inaktív kereső, tehát nyugdíjas, járulékos, gyermekgondozási segélyen lévő, a nyugdíjasok közül azonban majdnem egymillióan valamilyen formában tovább dolgoznak. Ezek az adatok egyúttal azt is jelentik, hogy sokmilliónyian dolgoznak együtt gyárban, üzemben, szövetkezetben, irodában, üzletben, intézményben, s ki tudná felsorolni, hogy még milyen formában. Tehát ennyien vagyunk munkatársai, kollégái egymásnak, tevékenykedünk szoros közösségben, hatunk és formáljuk egymást. Tetteink, nézeteink, állásfoglalásaink legtöbbször akaratunktól függetlenül is irányítják vagy befolyásolják a velünk dolgozók gondolatait, cselekedeteit, így láthatatlanul ott vagyunk mások családi otthonában.

Hányszor, de hányszor hallani, hogy a családtagok a munkahely rossz vagy jó befolyásának tulajdonítják az eseményeket, tulajdonságokat. Ezeket érzékeltetjük az alábbi történetekkel.

Viszi Misut a kompánia

A kis bányászfaluban — a sok betelepült ellenére — jól ismerik egymást a családok. Hogy az üzemet ismét munkába állították, fellendült a kereslet, egymás után épülnek a faluban a szebbnél szebb házak, s azért a volt kolónia lakásai sem maradnak üresen. Egy ilyen régi lakás konyhájában ülünk a fáradt asszonnyal, három kisgyerek anyjával.

— Nem titok — kezdte a beszélgetést, miközben a rizst válogatta —, hogy a bányászok szívesen ittak, régen is, ma is. Amikor én tizenkét éve, szinte gyerekfejjel, hozzámentem a páromhoz, tudtam, hogy a sihta után neki és a többieknek az első útja a topeka felé vezet, ott van a Magyar-féle kiskocsma. Megitta a maga korsóját, aztán indíts haza. Részeg nem volt, legfeljebb évente egyszer-kétszer, a dorogi búcsúban vagy a bányásznapon, amikor nagy pénzt kaptak. Hanem jöttek a mindenhonnan szalajtottak, ezeknek egészen mások a szokásaik, hogy több lett az ember, felforgatták a régi munkacsapatokat. Így került a Misum egy más kompániába. Adhatnak nekik ilyen-olyan nevet, a rumossör és a kártya tartja őket igazán össze. Oda a házasságunk, ettől lett ágybavizelő a középső lányom. Felébredt a puffogásra, nagyon megijedt,

ahogy a férjem az ecetesüveggel a kezében a lépcsőn kergetett.

A nevelőanyám segíteni akart — abban a műszakban lámpakiadó —, beszélni akart velük, ne vigyék a Misut magukkal. Gúnyt űztek az öregasszonyból, megkérdezték tőle, hogy nem prédikált-e azelőtt az üdvhadseregben? Ne a vőjét nevelje, tanítaná inkább a lányát. Ezek szerint még ki is tárgyalják, hogy kerülöm, és nem akarok vele házaséletet élni.

„Bajban ismerik meg . . . "

— Bajban ismerik meg, ki az igazán jó barát — emlékezett a történtekről a Klung család Balatonbogláron. Várdombtól északra, az egykori kukoricaföldeken felépült egy lakótelep. Nem az államtól vártak lakást, hanem saját erőből, rokoni segítséggel és sok kölcsönnel itt építettek szép kis házat három gyerekük feje fölé. S amikor már naponta újra örültek, hogy áll a ház, birtokba vehetik, jött a tragédia.

1978. június 25-e örökre emlékezetes marad az ott élőknek.

— Csendes esőnek ígérkezett — emlékszik vissza a vésztjósló vasárnapra Klung Zoltán tv-műszerész. — Feleségem becsukta az előszobaajtót, hátha vihar jön. Két perc sem telt el, amikor félelmetes, morajló hang után valamennyi ablaktáblánk kitört, szinte szétrobbant. A csörömpölést új, sivító hang, recsegés, ropogás nyomta el. A három gyerek sírni kezdett, az asszony magához rántotta őket. Én belülről nekifeszültem a teraszajtónak, úgy láttam, dőlni készül. Egy leírhatatlan reccsenés után néma csend lett. Döbbenten meredtünk egymásra, s már csak az esőcseppek kopogása hallatszott.

Akkor kimentem az udvarra. Iszonyatos volt. Egy éve épült házamnak nem volt teteje, kéménye, tűzfala! Mindent leborított a cserép. Bombatámadást én már csak filmeken láttam, de az lehetett ilyen. Nemcsak az én házam sérült meg, szinte rommá vált az utcánk egyik oldala.

Két napig nem tértünk magunkhoz, szomszédainkkal csak néztük a pusztulást. A családdal egy ismerősünk hétvégi házában húztuk meg magunkat.

Aztán megindult az élet. Klungné a Balatonboglári Állami Gazdaságban dolgozott, a férje a helyi Gelka-szervizben. Csapatostól jöttek mindkét munkahelyről a kollégák, a barátok kérdezni, hogy mit segíthetnek?

Nyolc napig tartott a sürgés-forgás. Az állami gazdaság adta a járműveket, amivel széthordták a romokat és odaszállították az új anyagokat. Jöttek a szakemberek, még a nagykanizsai gelkások közül is néhányan a szabad idejükben.

— Mit mondhatnék még? Azt, hogy összeforrott, jó kollektívában dolgozunk mind a ketten, fiatalok valamennyien, munkatársak és barátok vagyunk — bebizonyították. S mi köszönetet mondtunk mindazoknak, akik csak egy téglát is felemeltek, értünk . . .

Témává váltam

— Ne sértődjön meg, de most már csak legyintek, ha a finom női lélekről hallok — jelentette ki a rendkívül jó megjelenésű férfi. — Én ennek és a magam hülyeségének vagyok az áldozata. De elolről kezdem, ott, hogy huszonévesen éltem, mint a madár. Jóállású, szép fiú, nyüzsögtek körülöttem a nők, s én többet udvaroltam, mint dolgoztam. A nagy élet sokba került, anyagi zűrök kovetkeztek. Ekkoriban ismerkedtem meg a feleségemmel, munkakapcsolat során. Dekoratív, csinos nő volt, feketében járt, nemrégiben halt meg a férje. Távolról igen tetszett, de tudtam róla, hogy legalább hét évvel idősebb nálam. Jó híre volt, teljesen az ötéves kisfiának szentelte az életét.

Amikor nyilvánvaló lett, hogy bajban vagyok, ő volt az egyetlen, aki segített elhelyezkedni. Nekem csak kalandjaim voltak addig, akkor történt először, hogy a nőben nem a szép testet, hanem az okosságot, az emberi értékeket becsültem. Végül nagyjából rendbe jött ismét az életem, megkértem a kezét. Ő a köztünk lévő korkülönbség miatt vonakodott, de végül házasságot kötöttünk. Soha nem bántam meg, a fiút nem szerethetném jobban akkor sem, ha vér szerint az enyém volna.

Tizenhat év telt el így, amikor új csoporttitkárnőt kaptunk. Ragyogó, afféle szexibabát. És most nem az következik, amire gondol. Főnökként nem kezdtem ki vele, érzéseimet-életemet teljesen kitoltötte a családom. Ez a titkárnő hamarosan afféle központ lett a vállalatnál. A férje külszolgálatból

rendszerint divatos cuccokat hozott, odaszokott az előszobámba az összes csitri gépírólányka. Aztán egyszer észrevettem, hogy ha kilépek vagy átmegyek a szobán, afféle csönd lesz. Egyszer behallatszott, hogy legalább négyen azt vitatják, hány év korkülönbség legyen a férfi és a nő között, mivel a nő annyival előbb öregszik. Akkor még nem gondoltam semmire, bár valami édesség fogott el. Egyszer valamiért megszidtam a titkárnőt, elügyetlenkedett egy nagyon fontos interurbánt.

Behallatszott, hogy kinn csapkodja az asztalt és azt mondta a kézbesítőnek: „Biztosan dilizett otthon az öreglány, klimaxos a lelkem, a főnöknek meg coki..."

Hirtelen ráébredtem, Tera hányszor állt a nyitott ablakhoz, hogy fullasztja a távfűtés, kell a friss levegő. Napközben elpirult, s én nevettem: mi az, szűz lány lettél? Belém villant, hogy a szerelmes együttléteink mennyire megritkultak. Az zúgott bennem, ahogy a lányok benn vihogtak: „nahát, hogy lehet egy öreg nővel..."

Egyszer spanyol fürdőruhákat hozott be eladni az a vipera. Nekem is mutatta őket, kiválasztottam egy csupasárgát. Hogy örül majd neki Tera, ha megyünk a nyáron Sozopolba. Már láttam feszülni a barna bőrén, libegett a fénylő gesztenyahaja. S ekkor a vipera kitépte a kezemből: „Főnök! Ne ezt vigye. Tera néninek egybeszabott sötét illik."

Szíven vágott. Amikor a feleségem kormánykitüntetéssel nyugdíjas lett, nem mertem bent megmondani. Örökké elégedetlen voltam minden tettével, fodrászhoz, kozmetikushoz zavartam, s megmagyaráztam, miért ne jöjjön el a kiváló vállalati ünnepségünkre.

Húsz éve voltunk házasok, Tera önmagánál jobban ismert. Egyszer csak ráébredt, eljött az idő, hogy szégyellem őt. Ő kezdte a beszélgetést, én tagadtam, mégis volt bennem valami bujkáló megkönnyebbülés. Akkor még... még abba is beleegyeztem, hogy cseréljük el a lakást, váljunk el. A fiunk külföldön tanult, megtörtént a különköltözés. Van egy pattanóhúsú fiatal barátnőm és nagyon-nagyon boldogtalan vagyok... Tera megőszült, már nem festi a haját, ha felhívom, szívesen beszélget velem, de még egyszer sem látogathattam meg az Uzsoki utcai társbérletében. Mert rendhagyó volt a házasságom, témává váltam, szégyenemmé vált a büszkeségem...

Szólni vagy hallgatni

Sándort tulajdonképpen szerették a tervezőintézetben. Pontosan, ötletgazdagon dolgozott, jól ismerte a területét, s kiváló eredményei ellenére sem volt nagyképű, mindenkin segített. Értelmesen politizált, sőt humora is volt.

És mégis. Ha végigment a folyosón, vagy bement a szomszédos szobába, a kollégák fintorogva megállapították, biztosan itt járt Sándor. Néha célzatosan mosópormárkákat dicsértek előtte, hátha ért a szóból. Végeredményben nem lehet egy ötven felé járó embernek a szemébe mondani, hogy gyakrabban váltson fehérneműt, mert szaglik. Néha, ha Sándor fiai bejöttek valamiért hozzá, láthatóan azok is olyan ápolatlanok voltak, mint az apjuk.

Volt, aki azt javasolta, valamilyen jeles ünnepen adjanak Sándornak külföldi szappant ajándékba. Annus néni, a takarítónő megtette, hogy egyszerkétszer hétvégén hazavitte Sándor munkaköpenyét és hétfőn reggel mosva-vasalva visszahozta. Sándor nem vette észre a különbséget, s a többiek ráparancsoltak Annuskára, máskor ne tegyen ilyet, mert társadalmi munkában senki ruházatát nem fogják rendben tartani.

Egyszer egy kolléga fontos hivatali ügyben, szabadsága alatt kereste fel Sándort az otthonában. Amikor visszajött, csak ennyit mondott a szobatársaknak: Ami ott van, nem emberhez méltó. Talán nekünk kellene beszélni mindkettőjükkel.

És beszélt, valamennyiük megbízatásából. És az eredmény nem az lett, mint amire gondoltak. Sándor először elcsodálkozott, aztán dühös oroszlánként támadt, a munkahely vezetőségénél megjelent a csupa illat, csupa ragyogás feleség, kikérte a beavatkozást legbelsőbb ügyeikbe. Akkora botrány keveredett, hogy majdnem nyilvános bocsánatkérésre került sor.

Sándor ingnyaka továbbra is piszkoscsíkos maradt, a nyakkendője foszlott, pecsétes a pulóverje. Hanem a légkör körülötte alaposan megváltozott, megszűnt beszélgetni és segíteni, örökké a sértődöttségébe burkolózott, a többiek pedig restelkedtek és igyekeztek elkerülni őt.

A válás elmaradt

Amikor az üvegházakba híre jött, hogy odafenn a tsz-irodán váratlan ellenőrzést tartanak, mert valami hiánynak jöttek a nyomára, az emberek suttogni kezdtek. Annál is inkább, mert délután már újságolták, hogy Esztikének, a pénztárosnak a munkájára holnaptól már nem tartanak igényt. Mindenki Nándit, a kertészt, Esztike férjét figyelte; most mi lesz?

A legvadabb variációk keltek szárnyra. Másnap már sok tízezer forintos hiányt emlegettek. Találgatták: ugyan hová tették az elsikkasztott pénzt, hiszen látszólag a szerényebbnél is szerényebben éltek, nyögték a városban épített öröklakásuk árát. Elhangzott az asszony védelmében néhány gyenge hang arról, hogy talán nagyobb hal dobta őt oda zsákmánynak, hogy saját magát mentse. Később a részletes rovancsolás kiderítette, hogy szabálytalan a pénztárvezetés, hanyagul kezelték a kifizetési listákat, a látszólagos hiány ezért keletkezett. Voltak, akik nem fogadták el a vezetőségi ülésen elhangzottakat és tovább suttogtak: bizony, hogy Esztike sikkasztott, csak gyorsan visszatette a pénzt, hiszen akkoriban többektől kisebb-nagyobb összegeket kért kölcsön. És még ennel is érdekesebb — mondogatták —, hogy a férj semmit nem vett észre, hogy lehet, hogy a kölcsönkéregetésről sem tudott?

Máris folyt a példálózás Nándi jelenlétében. A barátai közül volt, aki kijelentette, ilyen asszonnyal nem élne tovább. Talán fiúja volt, annak kellett a pénz — tódították mások. — Dehogy, az anyja, az „erkölcsös özvegy" pumpolja — vélték a régebbi munkatársak, akik jól ismerték az asszony családját.

Nándi teljesen megzavarodott. A szülei egyre a szégyent emlegették, otthon a magyarázatot nem adó, csak folyton síró asszony, munkahelyén a kaján tekintetek. Más kiút nincs, mint a válás — határozta el magát.

A KISZ-titkár szinte véletlenül tudta meg, hogy Nándi a járási székhelyen megbízatást adott az ügyvédi munkaközösség egy tagjának. Sokat töprengett, van-e joguk tovább beavatkozni a munkatársuk életébe, végül úgy döntött, mégiscsak beszélni kell vele, végleges-e az elhatározása, nem kellene-e tiszta lappal újrakezdeni a házasságukat. Végeredményben csak az derült ki, Eszterke még nem alkalmas felelősségteljes munkakör betöltéséhez, új munkahelyén, a keltetőben hozzászokhat a rendhez, hiszen egyébként értelmes, gyors kezű asszony. Beszélt Nándival arról is, ha már elvette Esztit, akinek ismeri az otthoni körülményeit, tudhatja, hogy attól az asszonytól nem tanulhatott valami sokat a háztartásvezetésről. Kérje meg az édesanyját, tapintatosan segítse a kis menyét, hiszen úgy tudja, kezdettől szívlelte Esztikét, védte a fulánkos nyelvektől.

A válás elmaradt, a kedélyek lassan lecsillapodtak. Az okosabbak elgondolkoztak: a „mindenáron történjen valami"-elvárásukkal, gyanúsítgatásukkal majdnemhogy válságba sodorták két fiatal életét, az első elkövetett hibáért megkövezést emlegettek.

Komáromi Magda

Takácsék

A nyolcéves Takács Gabriellának nem vagyok senkije. Csak egy illetéktelen szomszéd néni vagy még az sem. A szomszédunk ugyanis Első Takácsné, aki egy évtizede egyedül neveli a most tizenkét éves Zolit, Gabriella viszont Második Takácsné kislánya. Apa kéthetenként elhozza a féltestvéréhez, a közbülső vasárnapokat pedig Zoli tölti Második Takácséknál, azzal a nyilvánvalóan szép apai elképzeléssel, hogy a gyerekek közel kerüljenek egymáshoz. A bátyus kissé leereszkedő, de határozottan szívélyes a hugához, a falon keresztül is hallom, remekül szórakoznak együtt. A körfolyosón Első Takácsné konyhaajtaja az enyém mellett nyílik. Arra kergetődznek a ház gyermekei, köztük a két Takács srác, meg az enyém is. Takács aput messziről rokonszenvesnek, tisztelettudónak ismerem. Első nejénél nem szokott időzni, amikor elviszi tőle a lá-

nyát, az asszony a lépcsőházig kíséri őket. Gabriella még a földszintről is integet nekik. Láthatólag mind jól megértik egymást. „Lám — mondom a férjemnek — rendes emberek. Nem sikerült a házasságuk, de mindent megtesznek, hogy a gyerekeik emberséges légkörben nőjenek fel, ne nyomorodjanak meg a felnőttek gyűlölködése miatt. Zoli és Gabi talán így könnyebben átvészeli, hogy más-más anyától, különböző házasságból származik és kialakulhat közöttük a jó testvéri viszony."

Aránylag új lakók vagyunk és nem is tudjuk pontosan miért váltak el Takácsék. Mindenki mást mond. Egyesek szerint idős Takács néni is ludas. Mindig szálka volt a szemében a fia „ügyeletes" szerelme. Amikor végre megnősült, nem volt nyugta, amíg el nem váltak. A következő házasság után kibékült Első Takácsnéval, és állítólag most a másodikat fúrja. Lehetséges. Mi békés emberek vagyunk és ha idős Takács néni eljön az unokájához és látjuk, szívélyesen üdvözöljük egymást. Semmi bajunk Első Takácsnéval. Szomszédolásra nincs sok időnk, de alkalmilag apró szívességeket teszünk egymásnak, olykor szót váltunk a gyerekekről. Tőle tudom, hogy Zolika jószívű, de rakoncátlan. A két gyerek néha bejön az én öt- és hároméves kislányomhoz. Gabriella anyáskodik felettük, gyengéd, kedves, szeretetre méltó. Nem régen a véletlen folytán barátságba keveredtem vele.

Az történt, hogy kora reggel Takács apuka váratlanul megérkezett a lányával. A feleségét éjszaka a várt időnél egy hónappal korábban be kellett vinnie a szülészetre. Úgy tudta: Első Takácsné délutános és pár órára nála akarta hagyni Gabit. Már telefonált a vidéken vendégeskedő nagymamának, de ő csak délután érkezik. Gabi, mióta elvitték az édesanyját, nem aludt, nem akart enni. Apu ilyen izgatott állapotban nem engedte az iskolába, nyugodt környezetben akarta tudni, amíg ő a hivatalában gyorsan elintézi a legsürgősebbeket. De Első Takácsné véletlenül éppen műszakot cserélt egy kolléganőjével és már korán reggel bement a munkahelyére. Reggel fél nyolc volt, Zoli iskolába készült és aput a kislánnyal átkormányozta hozzánk. Szabadnapos voltam. A férjem a kislányaimat elvitte a vállalati oviba. Ketten maradtunk Gabival. Kakaót és kalácsot raktam elé, nyugtattam, hogy anyunak semmi baja nem lesz és apu nem felejti el, hogy beszóljon az iskolába. Váratlanul megkérdezte:

— Velem most mi lesz?

— Miért? Lesz még egy testvéred, az csak jó, nem? — kérdeztem.

Majszolta a kalácsot. A válasza meghökkentett.

— Sokat gondolkoztam apukámon. A bátyámmal nem veszekszünk, de miért csak őt szereti az apu? Anyukám is sokszor sír emiatt, azt hiszi én nem látom. Zoli nem tanul, nem fogad szót, de neki mindent szabad. Előttem meg agyondicsérik őt. Apu vele játszik, de hozzám „fáradt". Velem csak az anyukám játszik. „Az más, mondja nagymami, Zolit a mechanikai játékok érdeklik, ezekhez apu is jobban ért." Engem is érdekelnek, de ilyet csak Zolinak vettek. Nem azért mondom, nem sajnálom tőle, én is kapok mindenfélét. De nekem színjelesnek kell lennem, különben kikapok. Zolinak fűt-fát ígérnek, csak hogy meg ne bukjon. Nekem mindent előre ki kell érdemelnem, ő kérés nélkül mindent megkap, Zoli verekedős, az iskolában össze is tört valamit. Engem az igazgató néni megdicsért, amikor anyu nála volt. Nagyi ezt úgy magyarázta (és apu el is fogadta), hogy Zoli valódi fiú, csupa erő, és majd megszelidül. Miért lakik velünk az apu, ha csak a Zolit szereti? Miért ő a kedvenc? És most mi lesz velem, ha még egy kisgyerekünk lesz? Most már anyunak sem leszek a legkedvesebb?

Hallgattam Gabit, váratlan kitöréseit, nem tudtam megnyugtatni, magam is nyugtalan lettem. Úgy látszik, az elvált szülők gyermekei Takácséknál sem boldogok. Apuka bizonyára mindkét gyereket szereti, a nagymami is kész mindkettőnek segíteni, ha kell Gabriellát is a szárnyai alá veszi, hiszen most is siet haza, hogy ne sokáig maradjon egyedül: de ezek a felnőttek is elsősorban a saját érzelmeik, indulataik után mennek. A gyermekek reakciójára nem igen ügyelnek. A maguk módján mindkettőnek jót akarnak, de önkénytelenül átviszik rájuk egymás közötti régebbi konfliktusaikból származó elfogultságaikat.

Apuka nem tud szabadulni a lelkifurdalástól, mert elhagyta a fiát, akit ezért, öntudatlanul, folyton kárpótolni szeretne. A hibáit is annak tudja be, hogy az apja nincs állandóan mellette. Úgy érzi, a kislányának kiegyensúlyozottabb, könnyebb a fejlődése, mert mindkét szülőjével együtt nevelkedik. Elég „törődés" jut rá, vele szemben nagyobb igényeket támaszthat. Azt sem veszi észre, hogy nagymami is igazságtalanul adagolja a szeretetet az unokák

között. A fiúval ő is elnézőbb, sajnálja.

De hát egyik gyerek sem tehet arról, hogy különböző házasságokból született, és apjuk és nagyanyjuk nem elég okosan szeretik őket. A gyerekek csak a következményeket viselik. Előfordulhat, hogy Zoliból kényelmes és pökhendi fajankót faragnak. Gabriella pedig — ki tudja — talán fájdalmas és bonyolult utakon keresi majd a gyerekkorban mellőzötteket, a szeretetükben csalódottak elégtételét.

Néztem Gabriella gondterhelt kis arcát és arra gondoltam: kár, hogy csak egy illetéktelen szomszéd néni vagyok és nem sokat tehetek érte. Mégis meg kell kísérelnem, ami tőlem telik. Beszélni fogok Takács apukával, mert a legtöbb rajta múlik. Messziről rendesnek, tiszteletteljednek ismerem.

Hátha mégsem szól rám, hogy ő jobban tudja, mert ő az apa, én pedig törődjek a saját gyerekeimmel...

Tolnai Erzsébet

Telefon

— Jaj, ne tessék még letenni!

— Kit keresel gyerekem? Mert hallom, hogy gyerek vagy még. Csak azt nem tudom: fiú vagy lány?

— Fiú. Tamásnak hívnak.

— Kivel akarsz beszélni Tamáska?

— Nem tudom. Több számot hívtam már, de mind foglalt volt. Tetszik tudni, este sokat dumálnak az emberek... Végre aztán a néni felvette.

— De hát mit kívánsz, kisfiam?

— Beszélgetni.

— Velem? Hiszen nem is ismersz.

— Az mindegy. Csak tessék velem beszélgetni.

— Ne gyerekeskedj, Tamás. Hány éves vagy? Tizenkettő? Nagyfiú létedre ilyen buta csínyekkel foglalkozol. Nem szégyelled magad? Na, szervusz. Nem érek rá, sok a dolgom. Beszélgess otthon.

— Egyedül vagyok itthon. Anyuék színházba mentek.

— Hát akkor tanulj.

— Már megtanultam a leckét.

— Akkor olvass! — az asszony hangja ingerült lett és lecsapta a kagylót. „Micsoda idétlen ötlet! Telefonálgatni bele az éjszakába. Hol is tartottam? Teljesen kizökkentett ez a gyerek."

Szótárai fölé hajolt és azonnal megfeledkezett a kisfiúról. Összerezzent az ismételt éles berregésre. Az előbbi gyerekhang volt. Félénk, könyörgő.

— Ne tessék rám haragudni. Csak bocsánatot akarok kérni.

— Meg van bocsátva. Jó éjszakát!

Két nap múlva, este ismét „Kelemen nénit" kereste az ismeretlen kisfiú. A lehető legrosszabbkor: az asszony csak késő este tudott végre igazán csendet teremteni maga körül a munkához, amikor a két gyereket lefektette. Nem kedvelte az esti telefonokat, barátai tudták ezt és tiszteletben tartották. Kissé ingerülten válaszolt:

— Kedves kisfiam, nem érek rá, nagyon sok a dolgom. Ne zavarj, kérlek. Beszélgess mással.

— Nincs senki itthon. Egyedül vagyok.

— És telefonálgatsz, idegen emberek estéjét rontod el. Nézd a televíziót.

— A tévével nem lehet beszélgetni...

Az asszony dühös lett:

— A tévével valóban nem. De a szüleiddel, testvéreddel lehet, nem?

— Testvérem nincs, anyuval meg apuval pedig nem lehet.

— Hogyhogy nem lehet?

A gyerek hangja elbizonytalanodott. Magda érezte a vonalon keresztül: habozik. Aztán csak kibökte: — Tetszik tudni, Kelemen néni, ha itthon vannak, nézik a tévét — anyut idegesíti, ha közbeszól valaki — vagy dolgoznak. Mindig azt mondják, sok pénzt kell keresni ahhoz, hogy ilyen szép lakásunk, meg szép kocsink legyen..., meghogy nekem is legyen, mire megnövök. Mindig későn jönnek haza. És akkor már nem

lehet mesélni, mert fáradtak, meg aztán nekem nem szabad kijönni a szobámból. Azt hiszik, alszom.

— És nem alszol?

— Nem. Olvasok. De beszélgetni lenne jó.

Magda megenyhült:

— Most aztán kibeszélgettük magunkat, igaz? Aludj jól, Tamáska. Mondd csak, honnan tudod, hogy én vagyok a Kelemen néni?

— Hát a telefonkönyvből. Amikor először beszéltünk, megjelöltem a számot. Baj?

— Dehogy. Csak kérdeztem.

— Máskor is hívhatom a nénit?

Az asszonyt váratlanul érte a kérdés. Tagadólag akart válaszolni, aztán, hogy hogy nem, mégis megengedte:

— De ne ilyen későn, hallod?!

Tavasszal tíz napig vidéken volt. Első este, ahogy visszatért, felcsengett a telefon.

— Kelemen néni? Jaj de jó, hogy megtaláltam! Már annyit kerestem. Ugye, nem volt beteg Kelemen néni?

Magdát szíven ütötte a kisfiú őszinte aggodalma. Fürdéshez készülődött, megengedte már a vizet is. — Várj csak Tamáska, elzárom a vizet — mondta, ismét akarata ellenére. — Nem, nem voltam beteg. Különben hívhatsz Magda néninek. Jó?

— Köszönöm szépen Magda néni!

— A nagymamánál voltam pihenni a gyerekekkel. Két fiam van, tudod?

A hang felélénkült. — Két fiú? Nagyobbak, mint én?

— Dehogy, te csacsi! Kicsik még: öt és 3 évesek.

— Jó lehet nekik... Magda néni biztos sokat beszélget, meg játszik velük.

— Tudod, nem olyan sokat. Nem érek rá, pénzt kell keresnem. Persze, azért igyekszem.

— Magda néni mit dolgozik?

— Könyveket fordítok.

Jaj, milyen izgalmas lehet! Én nagyon szeretek olvasni, a szobám egyik fala már tele van könyvvel. Sokat kapok, mert azt mondja apukám, az a legjobb társaság.

— Apukádnak igaza van kisfiam. De azért barátok is kellenek nem?

— Nem tudom. Nekem nincsenek. Senkit sem hívhatok meg. Tetszik tudni, a szüleim azt mondják, felesleges időpocsékolás az ilyesmi. Inkább tanuljak helyette. Mert járok külön angolra, külön spanyolra is. Apukám szerint a spanyolé a jövő. Magda néni is úgy gondolja?

Magda zavarba jött. „Milyen koravén ez a kisfiú!" — Fogalmam sincs róla Tamáska. Nem néztem még a dolgot ebből a szempontból. De jó lenne már aludni. Nagyon fáradt vagyok. Aludj te is, jó éjszakát.

Nehéz szívvel tette le a telefont. Bement a gyerekekhez, elmélázva nézegette a mélyen alvó srácokat. „Milyen könnyű elrontani az életüket! Kíváncsi vagyok, miféle emberek lehetnek ennek a kis »ürgének« a szülei. Ámbár, el tudom képzelni. Sok ilyet ismerek."

— Te vagy az Tamáska? Régen nem hallottam a hangodat.

A félénk kamaszhang egyszerre megvidámodott. — Hát nem tetszik haragudni a zavarásért? Nem mertem hívni Magda nénit, hiszen olyan sok dolga van. Jól vannak a gyerekek?

— Köszönöm Tamás, jól. És te?

— Én is jól vagyok. Csak...

— Csak?

— Elmondhatom?

Az asszony sóhajtott. Beáztatta a szennyest, holnap tisztát kell vinnie férjének a kórházba. A gyerekek a kisszobában játszanak. Íróasztalán vár a mai penzum. A vonal végén elbátortalanodott a gyerek hangja.

— Ugye nem tetszik ráérni?

— Ráérek. Mondd csak.

— Itt volt a nagymamám! Tetszik tudni, nagyon jó nagyikám van, csak ritkán jön hozzánk.

— Miért?

— Nem hívják az anyukámék... Messze lakik, Sopron mellett, és azt mondja, egy napra nem érdemes neki utazni. A papám meg nem szereti, ha sokáig itt van. Mert a nagyi veszekszik ám! Mindig hallom a szobámból, hogy kiabálnak egymással. „Nem törődtök ti semmivel, csak a pénzzel! Már összeszedtétek a gyerek öröklakására valót is, pedig csak tizenkét éves. De nevelni, sétálni, beszélgetni vele, arra ugye nincs időtök? Mi lesz így belőle?" Ilyeneket mondott most is a nagyi. Mert a nagymamám azt szeretné Magda néni, ha hozzánk is gyerekek járnának és ha testvérem is lenne. Hát most jól összevesztek, a nagymamám összecsomagolt és még ma este elutazott. Apu ki se kísérte az állomásra. Hallottam, amikor azt mondja anyunak, hogy nem mehetek többet vidékre nyaralni a nagyihoz, mert még elront engem. Magda néni, olyan szomorú vagyok! Annyira szerettem a nagyinál! Van ott kiscicám, kutyám, most nevelt nekem egy nyulat is.

Még nem is láttam, azt mondja, szép, fehér nyuszi...

Az asszony nem szólt közbe, hagyta, öntse ki szívét a kisfiú. Segíteni nem tud neki, legalább hallgassa meg. Amikor érezte, hogy fojtogatja a sírás, gyorsan közbeszólt.

— Tamáskám, légy okos fiú. Anyukádék biztosan jót akarnak neked. Miért nem beszélsz velük? Miért nem mondod el nekik is, hogy mi bánt téged, hogy mitől vagy szomorú, hogy mit gondolsz, amikor egyedül vagy? Hiszen biztosan nem is tudják. Esténként, mikor hazaérnek, azt hiszik, hogy már alszol.

A vonal végén csend. Magda már azt hitte, félbeszakadt a kapcsolás.

— Halló, itt vagy Tamáska?

Messziről jött a halk, szomorú gyerekhang:

— Igen, itt vagyok Magda néni. Magda néni is gyakran megy el otthonról, mint az én anyukám?

— Nem, dehogy Tamáska. Hiszen tudod, kicsik még a gyerekek.

— De ha nagyobbak lesznek?

— Nekik más lesz. Hiszen ketten vannak.

— Igaz — sóhajtott a gyerek —, a testvérek soha nincsenek egyedül...

L. T.

Testvérek

A szobában barátságos a meleg. A két oregasszony kényelmes fotelben üldögél a televízió előtt. El-elbóbiskolnak. „A Rózsi mindig elszundít műsor közben — meséli barátnőjének, lányainak Ica néni —, aztán mesélhetem neki mi volt a filmben. Jaj, ha látnátok! — így Rózsi néni. — Ez az Ica, hogy megöregedett! Alszik az még krimi alatt is...

Mi tagadás, elnyomja őket az álom. De be nem vallanák semmi pénzért. Főleg nem egymásnak. Mert egész hosszú életük során — egyikük 73, a másik 71 esztendős — versengtek egymással. Ki a csinosabb, az ügyesebb, a jobb háziasszony. Melyiknek szebbek, okosabbak a gyerekei. Melyikük férje volt rendesebb, fontosabb állású ember. „Az én Józsim csak a családnak élt — meséli könnyes szemmel Rózsika néni. — Nem ivott, nem dohányzott. Hazahozta a fizetését az utolsó fillérig." „Szegény Józsi — suttogja a vendég fülébe Icuka —, meg se mert mukkanni, hiszen Rózsi annyira kordában tartotta. Próbáltam volna én így bánni megboldogult drága urammal. Mert az igazi férfi volt, nem olyan nyámnyila alak!" „Lehet, hogy igazi férfi volt — kommentálja húga szépítő emlékeit a nővér —, de ő is parancsolt mindenben. Ica csak engedelmeskedett. Miféle élet volt az ilyen?"

★

Özvegyek. Hosszas töprengés után cserélték el két kicsi lakásukat egy szép, zuglói kétszobásra. Féltek ettől az együttéléstől. Ennél jobban csak az öregség rémétől, a magánytól rettegtek. Mert a gyerekekre miben lehet számítani? Pedig rendes gyerekek: támogatják anyjukat, gyakran kirohannak Zuglóba. Megkérdik, hogy van a mama, kirakják, amit hoztak, aztán titokban az órát nézik. Hiába, tanulni kell, dolgozni, mosni, bevásárolni kell, vacsorát főzni, a gyerekekért menni az iskolába, óvodába. Hogyan ápolhatnának a nap huszonnégy órájában egy beteg öreget?

Így aztán összefogtak. Talán csak nem lesz olyan kegyetlen a sors, hogy egyszerre dönti ágyba mindkettőjüket? A papírforma ellenére a fiatalabb Józsa-lány — emlékeikben még mindig így emlegetik egymást — a kevésbé erős, a kevesebbet bíró. Rózsika szerencsére ellenállóbb. Kedélye is jobb, érti és szereti a tréfát, nem sértődős, s bár csípős megjegyzéseitől senkit sem kímél, azt se bánja, ha ő is kap belőle. Icuka viszont csupa érzékenység. Talán, mert jobban elkényeztették valaha a régmúlt gyerekkorban? Talán, mert az idősebbel szemben mindig neki adtak igazat? Tény, hogy most is uralkodni szeretne nővérén, aki ezt hol tűri, hol nem. Hangulata, testi állapota szerint.

★

Mert „testi állapot" mindig van.

— Hogy aludtál? — kérdi Rózsika minden reggel a húgát, akit ő kelt fel.

— Jaj, nagyon rosszul. Képzeld azt

álmodtam, hogy futottam, futottam... Biztos azért, mert hasogatott a lábam.

A nővér türelemmel végighallgatja a panaszos álmot, jól tudja, aztán rajta a sor. El nem hagyná egyikük se ezt a szertartást.

— Egész éjjel fájt a derekam. Mit mond a rádió? Persze, időváltozás lesz, tudtam én azt!

Mire reggelihez ülnek, a konyhában általában már összekapnak valamin.

— Miért zártad ki a cicát?

— Dehogy zártam, a fotel alatt alszik.

— Nincs ott. Kerestem. Mi örömöd van abban, hogy mindig kiteszed szegény jószágot? Bezzeg a kutyád bent alhat. Jó házőrzés ez mondhatom!

— Egész éjjel fújt a szél. Csak nem hagyom kint szegényt.

A reggeli lecsendesíti a kedélyeket. Mire felkelnek az asztaltól, úgy elfelejtették a perpatvart, mintha nem is lett volna. Hiszen új veszekedésforrás van a láthatáron: „Mi legyen az ebéd? És ki főzze meg?"

Mert Rózsika a zsíros ételt szereti, húga viszont az olajra esküszik. Egyikük imádja a tésztákat, a másik finnyásabb: „angolos" főzelékeket, sajttal sütött ezt-azt kíván. A perlekedés vége általában az, hogy ki-ki kotyvaszt valamit a konyhán, miközben kioktatja a másikat, miért nem lehet jó és egészséges, amit az főz... Aztán békésen mindent megesznek — együtt.

★

Délután szundítani lenne jó. Ica néni imád aludni ebéd után. Rózsika viszont kézimunkázik — rádió mellett. Sajnos kissé nagyot hall már... Húga azt állítja, édesdeden alszik a kézimunka felett... Hogy hosszú a délután, s később is lehetne hímezni, kötögetni? Hiába mondják ezt Rózsikának. Négy unokája van, két menye, számos barátnője. Mindig készít valami meglepetést számukra.

A késő délután a gyerekeké, a szomszédasszonyoké. Ilyenkor felveszik a vendégváró pongyolát. „Ez a szegény Rózsi úgy néz ki abban a nagyvirágos, lila pongyolában, mint egy terebélyes orgonabokor. Mondtam pedig, hogy neki csak aprómintás illik." „Ica sem veszi észre, hogy elmúltak az évek? Hát nem rózsaszín köntöst vett magának az Alkalmiban?" Ha vendég jön, sütteménnyel kínálják. „Rózsika sütötte ma reggel. Ízlik? Pedig valami hiányzik belőle... Hanem vasárnap sütöttem egy olyan pogácsát!" Ha senki se nyitja rájuk az ajtót, korán a televízió elé telepednek.

A televízió! Hogy milyen jókat lehet azon vitatkozni! Már a választáson is. Amíg a régi készülék volt — Icuka hozta magával —, nézték az egyetlen műsort. Tavaly karácsonyra a gyerekek összedobták az új, szép készülékre a pénzt, nem is sejtve milyen viszály magvát hintik el a két mama között. Mert Icuka könnyen síró, félős. Se a háborús, se a szomorú történeteket nem tűri. Rózsika meg egyenesen rajong értük. Egyébként ő a műveltebb — tanítónő volt, míg húga csak polgárit végzett —, s ezt nem is mulasztja el hangoztatni: „Te ezt nem érted Ica. Figyelj ide, megmagyarázom neked..." A műsor közben megy, Icukát zavarja a magyarázat, ezen is jól meg lehet sértődni.

Végre megegyeznek a műsorban és békésen nézik.

— Hogy megöregedett ez a Gobbi! — kiált fel Icuka. — Emlékszem...

— Dehogy öregedett! — torkollja le Rózsi néni. — Neked mindenki megvénül. Tulajdonképpen mennyi lehet?

Ezen aztán elvitatkozgatnak. Szundítanak is közben, hamar elszalad az este. Amíg egymásra várnak a fürdőszobában, álmosan, ismét jól összekapnak. Való igaz, Icuka sokáig piszmog. Féltékenyen becsukják maguk mögött a fürdőszobát. Mintha függetlenségük utolsó bástyáját védenék.

★

Természetesen tele vannak panaszszal. Félrehúzzák gyerekeiket és elmondják, hogy a másik így, a másik úgy... Hogy ők milyen önfeláldozók, mennyit tűrnek. Szerencsére, ezt nem szabad komolyan venni. A gyerekek is rájöttek már erre. Akkor, amikor Ica néni tavaly kórházba került s hetekig bent feküdt, Rózsi néni ezalatt lesoványodott, nem aludt, még a televíziót se nézte. Naponta látogatta húgát, olajjal főzött ételekkel etette. A lakás ragyogva, kitakarítva várta vissza Icukát. Meghatottságában sírva is fakadt: „Ilyen jó testvére senkinek nincs, mint Te vagy, Rózsikám..." Még aznap alaposan összeveszték, nem is beszéltek egészen reggelig. Amikor végre elmondhatták egymásnak: mit álmodtak az éjjel, s hol fájnak azok a fránya öreg csontok...

(lukács)

Kései gyerek

Amikor az asszony benyitott a szobába, férje a nagy fotelben ült, ölében ismerős füzetet tartva. Tekintete elkalandozó, bánatos, alig fogadta felesége köszönését. Anna vidáman ért haza, jó napja volt, főnöke megdicsérte, alig várta hát, hogy örömét megossza élete párjával. De jókedve azonnal odalett. Józsi a gyerek üzenőfüzetét tartotta a térdén. „Csak nincs valami baj? Ugyan, mi lenne! Julika a legjobb gyerek a világon, és pompásan tanul."

— Mi történt? Miért vagy így letörve? — keze szeretettel simított végig férje gyérülő ősz haján.

— Nézd! — válaszolta a férfi és feléje nyújtotta a nyitott füzetet. Anna állva olvasni kezdett. „Az iskola kéri a kedves apukákat, hogy vegyenek részt május 6-án, vasárnap azon a barátságos mérkőzésen, amelyet iskolánk apukái az X utcai általános apukáival játszanak. Reméljük, szívesen részt vesznek a játékban. Kérjük, írják meg válaszukat." S e sorok alatt az asszony ismerős betűkkel, férje szép, egyenletes, nyugodt írásával a következő üzenetet találta: „Szívesen játszanék kislányom iskolájának becsületéért, de sajnos, az ilyesmiből már kinőttem. Meghagyom a dicsőséget a fiatal apukáknak. Tisztelettel Szücs József."

★

Anna szótlanul ült le a szomszédos fotelbe, kezét férje kezére borította. Szánalom öntötte el. Mit is mondhatott volna? A tény tény marad: megöregedtek. Julika későn, nagyon későn született. Hát tehet ő arról, hogy korábban nem sikerült? Hogy egyik terhességét sem tudta kihordani? Pedig mennyire megkímélte mindentől ez az áldott jó ember. Mivel vígasztalhatná meg, amikor maga is mennyi kétséggel, félelemmel küszködik... Hogyan tovább? Mit kell tenniök, hogy tízéves kislányuknak ne csak szülei, de barátai, társai maradhassanak?

Hirtelen — mintha moziban ülne — elevenedtek fel előtte a tíz év előtti tavasz képei. Amikor megtudta, hogy ismét terhes, hogy negyvenkét évesen gyermeket vár. „Akár nagymama lehetnék, ha az első sikerül." Világosan emlékszik, ez jutott eszébe, amikor az orvos közölte vele a váratlan hírt. Szédülten ment haza. Vállalhatja-e, vállalhatják-e, hogyan nevelhetik fel, milyen emberré válik majd köztük?

S a rokonok, barátok, munkatársak! Mindenki lebeszélte őket. Volt, aki durván, nyersen: „Teljesen megőrültetek? Ebben a korban gyereket szülni?"; volt, aki szeretettel: „Gondoljátok meg, nem a ti fáradt idegzeteteknek való ez már"; vagy okosan: „Ekkora felelősséget talán mégsem kellene vállalni..." — és józanul: „Kialakult életetek van, nehezen alkalmazkodik az ember egészen új feltételekhez, amikor már nem fiatal."

★

Anna hajlott volna a tanácsokra. Annyiszor próbálkozott már, annyit szenvedett, elég volt. Csendet, nyugalmat kívánt. Munkájában is végre jó szakaszba jutott, örömmel, játszva dolgozott. És most mindent forgasson fel? Az otthoni kényelmet s a szakmai sikereket? És mert józanabb, földönjáróbb volt érzékeny, az élettel szemben védtelenebb férjénél, az eljövendő gyerek sorsát is jobban fel tudta mérni. Minderről megpróbált beszélni a férjével.

Józsi értetlenül hallgatta. Talán ez volt közös életük egyetlen szakasza, amikor titkos ellenségeskedés támadt bennük a másik iránt. „Nem érti, hogy egy asszonynak más? Nekem kell szülni, apró gyerekkel otthon maradni. Erre már nem számítottam. Váratlanul ért. Persze, hogyan is foghatná fel mindezt egy férfi, neki gyerek kell. Mindenáron."

— Ez az utolsó lehetőség — gondolta a férfi. — Soha többé nem lehet gyerekünk. Meg kell próbálni. Nem értem Annát. Sohasem volt önző asszony... Most meg csak önmagával törődik. Szakmai siker, otthoni nyugalom. Miket beszél összevissza? Mit számít mindez, ha gyereke van az embernek?

Szerették egymást. Jóban-rosszban hű társak voltak. A titkolt ellenérzéseket hamarosan szégyen, meghatottság váltotta fel. „Hát ha olyan nagyon vágyik egy gyerekre, megpróbálom. Megérdemel ennyit ez a drága ember." „Szegénykém, persze, hogy nem könnyű neki. Szép asszony még, de már erősen

őszül és esténként egyre fáradtabban ér haza. Nem fogadhatom el ezt az áldozatot."

★

Ilyen előzmények után született meg Julika. Az amúgy is nehéz terhességet Anna félelmei súlyosbították. Sokat olvasott arról, milyen veszélyes lehet a gyerekre, ha anyja túl van a negyvenen. Sajnos, minden őt látszott igazolni. A kislány koraszülött volt, hónapokig inkubátorban tartották. Az asszony naponta többször bejárt a kórházba, hogy a csöppség friss anyatejet kapjon. Néha megmutatták neki az apró embert, s fájdalmas kötődés sarjadzott ki a lelkében. „Mit tettem? Világra hoztam egy gyereket... Vajon egészséges lesz-e, nem marad-e vissza valami? Csak már adnák ki, nem bírom kivárni!"

Csodálatos anya vált belőle. Másfél éven át olyan elővigyázatosan, fegyelmezetten vetette alá magát az orvos utasításainak, hogy saját énje megszűnt, nem számított többé semmi; se a fáradtság — amely pedig gyakran annyira elborította, hogy sírhatnékja támadt —, se a kis szobán kívüli világ, amelynek pedig Julika előtt olyan tevékeny, érdeklődő részese volt. És lassan, nagyon lassan gyönyörű, egészséges kisgyerekké cseperedett a koraszülött. Igaz, érzékenyebb, vékonykább a többinél, de más baj nincs. Soha ilyen boldog éveket, mint amikor lánykájuk növekedését, értelme nyiladozását figyelték. Kegyes volt hozzájuk a sors. Lám, érdemes volt megpróbálni.

★

És most ez a váratlan túlérzékeny üzenet.

— Miért írtad ezt, szívem? Hiszen igazán elmehetnél focizni. Jó játékos voltál, Juli örülne neked.

— Örülne, amikor elfogadnám. Aztán ott, a pályán talán szégyellné öreg, elnehezedett apját. Csupa fiatal apuka van az iskolában.

— Ne légy ilyen gyerek. Miért gondolod, hogy szégyenkezne? Hiszen rajong érted. Különben is, kicsi ő még, fogalma sincs arról, mi az öregség — próbálta vígasztalni férjét Anna.

— Dehogynem tudja! Hát nem emlékszel a teli dolgozatára? Amikor a szüleikről kellett írniok a gyerekeknek, s Juli azt írta: „Az én édesanyám a legjobb anyuka a világon. Már nem fiatal és fehér a haja..." Akkor te is szomorú voltál, ne is tagadd.

Igen, a dolgozat. Majdnem sírt, amikor Julika hazahozta. Az örömtől, hogy ilyen jólelkű, érzékeny, szerető gyereke van, ugyanakkor kis szúrással a szíve táján: tehát egy kicsi lény is fel tudja mérni, hogy elmúlt az idő? Hogy anyukája a legöregebb anyuka az osztályban, s a többieknek csak a nagymamájuk jár fehér hajjal. De honnan tudja felmérni?

★

Szerencsére Anna, az asszonyok megértőbb, reálisabb ösztönével hamar helyere tette a dolgozatot. Nem vette viszont észre, hogy férje sokkal, de sokkal érzékenyebben reagál mindenre, ami a gyerekkel kapcsolatos. Főleg néhány hónapja, amióta itthon van. Nyugdíjas, leszázalékolták. Azelőtt nem ért rá mindenre figyelni, most viszont rengeteg ideje van, és ezt mind Julikára fordítja. Sok terhet levesz az ő válláról és a kislánynak is jó, nincs egyedül délután a lakásban, nem kell izgulnia, rendben hazaér-e a zeneórákról, hiszen apja elkíséri. Ugyanakkor — és Anna most gondolt erre először — túlságos féltés alakul ki az apában. Legszívesebben örökké maga mellett tartaná a gyereket. Legutóbb is eldugta a görkorcsolyát, mert retteg, hogy Juli elesik vele.

Akkor valahogy csak mulatott ezen, s ugratta a férjét. Most már tudja, így nem mehet tovább. Elsősorban a gyerek, dé az apa miatt sem. Fogalma sincs róla, hogyan kezdi el, mivel bírja majd rá a férfit arra, fegyelmezze túláradó remegését, s a kislány ebből semmit se érezzen, semmit se vegyen észre. Ugyanúgy kell élnie, mint a többi gyereknek. Ne neveljünk bele lelkiismeretfurdalást azért, mert nélkülünk is jól érzi magát, mert gyerektársaságba vágyik, mert rohángálni, ugrálni van kedve. Meg kell védenem a gyerekemet ettől a szorongató érzéstől.

Gondolataiból a férfi szedelőzködése zavarta fel. Persze, Julikáért indul. „Istenem, milyen elnehezedett, megfáradt szegény Józsi. Pedig valaha..." Meghatott szeretet öntötte el és bár halálosan kimerültnek érezte magát, felállt ő is.

— Veled megyek. Vásárolnom is kell még — tette hozzá gyorsan, nehogy e gesztusban szánalmat érezzen a férfi. Szótlanul ballagtak. Anna világosan tudta: lesz még ereje ahhoz, hogy férjét is, gyerekét is — sok-sok szeretettel, türelemmel, megértéssel — megóvja. Egymástól, a túlzott szülői érzések csapdáitól.

Lukács Teréz

Búcsúzni nehéz

Búcsúzni nehéz. Még akkor is, ha az ember várja a pihenést, ha esztendők óta készül rá. Ha felmérte, hogyan lehet úgy távozni, hogy magának is, másoknak is kellemes legyen.

Azt mondják majd: nem felejtik el. De ő tudja, hogy holnap más áll a gépnél, más ül az íróasztalnál. Ő pedig nem húzza fel az ébresztőórát. Nem készíti a gázra a kávéfőzőt. Nem szorong a villamoson.

Könnyes pillanatok. Valaki elmegy, s akik maradnak, holnaptól másra fordítják a figyelmüket. Az élet új szakasza. S ami az új szakaszt megelőzi, az mindenképpen valaminek a befejezése.

Vajon mi marad utánunk?

Szörnyeteg és angyal

Az elnök titkárnőjét senki sem szerette. Féltek tőle. A hangjától, a modorától. Ahogy ránézett valakire. Amilyen mozdulattal, szinte undorodva tárgyalt az emberekkel.

Soha senkihez nem volt egy kedves szava. Ha megkérdezték tőle, hogy van; vagy válaszolt, vagy nem. Ha igen, röviden, elutasítóan tette. Mint, aki azt mondja: semmi közük a magánéletemhez.

A titkárnő szorgalmas volt, lelkiismeretes, ügybuzgó. Kitűnő kávét főzött, segített az elnök fiának megcsinálni a házi feladatot. Ha néhány megsértett, megbantott ember panaszkodni ment rá, nem ért el semmit. Az elnöknek annyi gondja volt a téesszel, örült a jó munkaerőnek. Nem volt híve a lelkizésnek.

— Az ember elsősorban dolgozzon és ne érzékenykedjék! — ez volt a jelszava. És jutalmakat adott a titkárnőjének, akiről egyébként észre sem vette, hogy nő. Igaz, nem volt sok néznivaló rajta.

Egyszer valaki felszólalt egy gyűlésen. Olyankor, amikor a titkárnő még nem volt ott. Elmondta róla, hogy igazságtalanul megbántotta az asszony. S hogy ő napokig beteg volt emiatt.

— Figyelmeztetni kellene — javasolta a felszólaló —, tanácsolni, hogy viselkedjék másképpen.

A javaslatot elvetették. Lehet, hogy tobbet ártanánk vele. Lehet, hogy elmérgesedne a helyzet.

— Tűrjünk — mondta halkan és könnyesen valaki —, már nem sok idő van a nyugdíjazásáig.

És tűrtek.

A titkárnő, aki a nyugdíjazás után az elnök ügyeit intézte kedves volt, figyelmes, mosolygós.

— Hogy van a család? — érdeklődött mindenkitől és ő is elújságolta, hogy a fia befejezte az egyetemet, elhelyezkedett, nősülni készül.

A titkárnőnek mindenkihez volt egy jó szava. Apró szívességeket vállalt. Régóta nem kapható hiánycikkeket hozott, valakinek elintézte, hogy felvegyék a gyerekét az óvodába.

— Milyen aranyos — mondták egymásnak a téeszbeliek s elhatározták, hogy a titkárnő születésnapjára vesznek egy csokor virágot, egy doboz csokoládét.

Nagyon kedves ünnepség volt. Koccintottak, meleg szavakat mondtak egymásnak.

A titkárnő kirándulást szervezett. Elvállalta a közönségszervezői tisztséget, társadalmi munkában. Munka után bent maradt és segített elvégezni a restanciát a bérelszámolónak. Nem lehetett megelőzni a köszönésben. Ha valakit telefonon hívtak, s nem volt a helyén, felkutatta.

A főnök, aki közben rájött, hogy a lélek is fontos, örült a jó hangulatnak. S nem győzött gratulálni magának, hogy így határozott. Hogy engedélyezte azt, amit engedélyezett.

A goromba és kedves titkárnő ugyanis egy és ugyanaz volt. Szörnyeteg és angyal egy személyben. Utóbbi a nyugdíjazás után, amikor a megengedett munkaórákat ment be letölteni.

Az „utód"

Karola, az ügyintéző nyugdíjba készült. Fél esztendővel a búcsú előtt fiatal, karcsú, kedvesszemű lányt vitt be hozzá a főnöke.

— Bemutatom az utódját Karolácska. Sokat meséltem neki magáról, tanácsoltam, hogy mindenben kövesse a maga példáját, hiszen tudja...

Karola szeme elhomályosult. Végigmérte a lányt. Ő soha nem volt ilyen csinos, még fiatal korában sem. De ide a szépség nem elég.

Balog Irma, mint kiderült, nemcsak csinos volt, hanem szerény is. Igyekvő, szorgalmas. Több nyelven beszélt. Értett a levelezéshez. Volt érzéke az emberekhez.

— Úgy gondoltam — mondta egyik nap merészen Karolának —, hogy megosszuk a munkát. Felét már el tudnám végezni.

— Gondolod — nézett rá Karola bizalmatlanul. És kijelentette: egyelőre szó sem lehet róla. Egyelőre ismerkedjen Irma a körülményekkel.

A lány bólintott. Már megismerte a szobát, a házi telefonkönyvet, néhány dossziét, a faragott tintatartót Karola asztalán. Megtudta, hol főzik a legjobb kávét, hogy a büfében csütörtökön töltöttkáposzta kapható. Ebédjegyet is váltott, szerzett hozzá egy ebédpartnert, mert Karola hazulról hozottat fogyasztott.

Aztán csak ült és firkálgatott.

— Látod — mondta egyszer Karola a kolleganőjének — ezt csinálja egész nap.

És gondterhelten ráncolta a homlokát.

— Bezzeg én...

Valóban, mintha Karolába ezekben a hónapokban új erő költözött volna. Frissen szaladgált, telefonált, megbízatásokat vállalt, túlórázott, kiküldetésbe ment, különmunkákat végzett az igazgatónak.

— Karola maga aranyat ér... — mondta az igazgató —, és mi van a kis utánpótlással?

— Megvan — mondta Karola sokat sejtető mosollyal —, nem kell törnie magát.

Pedig Irma törte volna szívesen. Pityergett már abban az időben, ideges volt, szakított udvarlójával, panaszkodott a szüleinek:

— Unatkozom — mondta — olyan nehezen telik el a nyolc óra, mintha kétszer annyi lenne. Szeretnék végre valamit csinálni.

Apja azt tanácsolta, menjen el a főnökhöz.

Meg is tette.

— Türelem — mondta a főnök atyai mosollyal — tudja, Karolát nehéz utolérni... az ő módszere, mondhatnám utánozhatatlan...

— De amikor semmit nem enged nekem — tört ki később, amikor a főnök már barátságosan elbúcsúzott tőle s további jó munkát kívánt, úgy tesz mintha nem is léteznék...

Így teltek a hónapok. Karola szárnyakat kapott, dicséretben, különjutalomban részesítették és elküldték egy kéthetes külföldi útra.

Ezalatt Irmát egy másik osztályra irányították, leveleket másolni.

— Félek, hogy összekever valamit a drága — mondta Karola aggodalmasan a főnöknek.

Félév múlva Karola bejelentette, maradni szeretne még. Úgy érzi bírja erővel, energiával. Örömmel ünnepelték.

Balogh Irma kilépett a vállalattól. S nem is ment máshová dolgozni. Otthoni munkát, fordítást vállalt.

Ha én akarom, az más!

Ötven esztendős születésnapján mondta először a műhelyben hangosan: Még tíz év és itt a megérdemelt pihenés.

Nevettek. Olyan hihetetlen. Karcsi bácsi meg a nyugdíj! Olyan fiatal még. A lányok szerelmesek belé. Igazán letagadhatna tíz évet, különösen nyáron, amikor barnára sül a Duna partján.

— Az embernek akkor kell nyugdíjba menni, amikor még van ereje — mondogatta később is, üzemi vacsorákon, összejöveteleken, pár pohár bor után. — Utazás, csavargás, változatosság, ez kell a munkában megfáradt dolgozóknak.

Aki hallgatta, csodálkozott. Karcsi bácsi agglegény. Se kutyája, se macskája. Állítólag szép lakást rendezett be magának Zuglóban, de otthonát még senki sem látta.

Szorgalmas, ügyes embernek ismerték. Az üzemvezető, valahányszor nagy

feladat előtt álltak, őt hívta. A srácok, a legfiatalabbak is tisztelték, nem szemtelenkedtek vele.

Hogy Karcsi bácsi egyszer nem lesz közöttük? Ez kicsit furcsának tűnt, de nem elképzelhetetlennek. Végül is igaza van. Pihenni akkor jó, amikor még nem feltétlenül muszáj.

Egyre gyakrabban hallották Nagy Károlytól a nyugdíj szót. Ha mérges volt, ha kifogásolt valamit, ha nem kapott elég prémiumot, ha nem javasolták jutalomüdülésre.

— Ez mind nem lesz majd — mondta elégedetten —, ez a sok idegeskedés.

A műhelybeliek már kezdtek drukkolni Karcsi bácsinak, hogy minél hamarabb teljenek az évek. Ámbár az időt nem nagyon kellett biztatni. Alighogy kitavaszodott, már jött a nyár. Karcsi bácsi rendszerint augusztusban ment szabadságra, soha nem tudták hová. Barnán, jókedvűen jött vissza.

— Egyszer majd télen megyek a Mátrába — mondta —, megtanulok síelni.

Irigyen hallgatták. Karcsi bácsi nyugdíjazása rendszeres beszédtéma lett. Milyen jó neki, hogy így belenyugszik az idő múlásába, az öregedésbe. Hogy nem fáj majd neki, ha nem látja a jól ismert műhelyt, az üvegfallal elválasztott irodát.

— Én bizony húzom az időt — vallotta be egyszer poharazgatás közben munkatársa, Bihari Márton. — Bizony nem szívesen gondolok arra, hogy egyszer majd nem ráz az asszony: fiam elkésel!

De ezt csak titokban merte mondani, mert Karcsi bácsi lehurrogta volna. Ebéd közben buzgón ecsetelte, milyen az, amikor az ember úgy osztja be a napját, ahogy akarja. Mikor váratlanul elhatároz valamit, s azt azonnal meg is teheti.

Az utolsó esztendőben az üzemvezető elővette a naptárát, s piros ceruzával bejegyezte a napot, amikor figyelmeztetni kell Nagy Károlyt nyugdíjazásának időpontjára. Milyen boldog lesz — gondolta az osztályvezető elégedetten. Másoknál nem szerette ezeket a kínos perceket.

Mosolyogva tessékelte be Karcsi bácsit az irodájába. Mint aki örömhírt közöl, úgy jelentette be, hogy néhány hét múlva megkezdődik az ügyintézés.

Karcsi bácsi értetlen arccal nézett rá. S valami alkatrészekről beszélt, amit nem tudtak időben beszerezni. Ígérték, hogy jövő hónap végére meglesz.

— Rendben — bólintott az üzemvezető —, akkor ez lesz az utolsó szép akciója.

— Utolsó? — döbbent meg Karcsi bácsi. — Miért lenne az?

A műhelybeliek csak azt látták, hogy Karcsi bácsinak feldúlt az arca. S hallották, hogy kiabált az üzemvezetővel.

Aznap délután egy gyárközeli ivóban ácsorgott, s kegyetlenül leitta magát.

— Hogy nyugdíjba, engem? — motyogta. — Mikor mások a negyedik évet húzzák rá?

Sértődöttsége őszintének látszott.

Másnap, amikor kialvatlanul, kótyagosan megjelent, valaki óvatosan megjegyezte. — Karcsikám! De hiszen te akartad?

— Ha én akarom, az más — mondta határozottan —, de hogy küldjenek, hogy elzavarjanak, mint egy utolsót...?

És elhatározta, hogy tiltakozni fog. Levelet ír a gyárigazgatónak. Kérelmet. Hadd maradjon még legalább egy esztendeig.

Bende Ibolya

Valamit elkezdeni

Valamit elkezdeni, megtenni — akár a nem is túl rég múlt gyermekkorban — az első, bizonytalan lépést. Ismerkedni, barátkozni, bizonyítani. Kapcsolatot teremteni, produkálni, alkotni. Naponta sok ezren indulnak el, s az út, amelyet meg kell tenniük nem könnyű. Kisebb-nagyobb kalandok várják őket, élmények, események, örömök, csalódások.

Pályakezdés. Valamikor emlékezni fognak rá, s az emlékek megszépülnek. De most még jelen van. S ezernyi kérdés, amelyre válaszolni kell.

Az élet vizsgakérdései.

Majd holnap

Két órával előbb kelt, mint szokott. Kinézett az ablakon, sütött a nap. Hétfő van, de nem akármilyen hétfő. Az első munkanapja. A mérnök dolgozni kezd.

Kék köpenyt csomagolt be. Csak semmi feltűnés, nagyképűnek látszó öltözet. És vett egy golyóstollat is, ceruzákat s egy papírvágó kést. Ezeket nem biztos, hogy kirakja az íróasztalára, lehet, hogy a fiókban tartja.

Beosztása: kutató. Hogy ez mit jelent, nem tudja még: új vállalat, új osztály, új csoport.

— Nagy feladatai lesznek — parolázott vele a főmérnök, amikor tisztelgett nála.

Semmit nem részletezett. S ő nem érdeklődött, úgy gondolta, nem illik. Majd mindent idejében. A fizetése nem sok, de majd idővel növekedik. S ő igyekezni fog. Nem lesz stréber, csak szorgalmas. Törekvő. Nagy tervei vannak. Álmok, melyek ezután fognak megvalósulni.

Kezet fogott mindenkivel a szobában, s bemutatkozott. Ő a legfiatalabb. Úgy tűnt, mindenki barátságos vele, csak a gépírónő nem méltatta pillantásra.

Leült, elhelyezkedett. Egy naptárt is kapott, üres lapokkal. Valaki telefonált. Magánügyben. Ő ha lehet, ezt majd mellőzi.

A feladatok! Ezt várja. A feladatokat. Az osztályvezető tíz órára kérette magához. Addig elővette a noteszát. Bejegyzéseket készített: mit kell ezen a héten csinálnia? Fogorvos, antikvárium, anyának születésnapi ajándék.

Lassan telt az idő. Valaki újságot olvasott. Valaki elment, állítólag a szomszéd épületben kitűnő kávét főznek.

Tíz órakor az osztályvezető titkárnője közölte, hogy a főnök elrohant. Majd visszajön.

— És én? — kérdezte olyan kétségbeeséssel, hogy a lány elmosolyodott.

— Nézze meg az irodákat... — tanácsolta — ismerkedjen.

Lassú léptekkel ment végig a folyosón. Érezte az új szagot. Most festettek. Most alakítottak. Odalenn vannak a laboratóriumok. Belépett az ajtón, téblábolt, valaki megkérdezte, mit óhajt?

— Új ember vagyok — érezte, hogy zavarba jött, piros az arca.

— Nagyszerű — rázta meg a kezét egy farmernadrágos fekete hajú fiatalember. — Volna számodra egy megbízatás.

Felragyogott.

— Kérlek, én mindent, amit akarsz...

Nem tudta miért kacagnak a többiek. Csak hagyta, hadd vigyék az alagsorba.

— Ezeket a székeket fel kellene vinni a nagyterembe. Holnap termelési tanácskozás lesz. Sanyi bácsi beteg.

Nézte a székeket. Dühös volt magára, mert a szeme könnybe borult. Utoljára tízéves korában sírt, amikor esett az eső a kirándulás napján.

Majd holnap — mondta magának, miközben cipelte, verejtékezve a székeket. — Majd holnap.

De a szíve nehéz volt. Sokkal nehezebb, mint a teher, amit izmos karjai könnyedén vittek az alagsorból az emeletre.

Ábrándok — köpenyben

Rövid köpenyt csináltatott. Vakító fehéret, kicsit átlátszót. Egy gombot nyitvahagyott. Kilátszott a térde, s kicsit feljebb is. A haját rövidre vágatta, elöl kis hullám. Kamillában mosta, aranyszőkén ragyogott.

A főorvos magas, csinos férfi volt. Udvariasan beszélt vele és jó munkát kívánt.

Egy hét múlva megtudta, hogy a főorvos harminchat éves. Hogy felesége van és két gyermeke.

— Nem számít — mondta magában, miközben a kelkáposzta-főzeléket osztotta a betegeknek. — Manapság olyan gyakori a válás...

A főorvost kétszer látta a folyosón, köszöntek egymásnak.

Másnap a szigorú főnővér figyelmeztette, hogy gombolja be a köpenyét. — Ez nem tánciskola — mondta.

— Irigykedik rám — gondolta magában, s arról ábrándozott, hogyan, mint lenne, ha a főorvos megkérné a kezét. Lehet, hogy laboratóriumba megy dolgozni. Vagy háztartásbeli lesz. Mindenképpen tisztelni fogják, mint egy ilyen nagy ember hitvesét.

Leste a főorvost a kapuban. Ácsorgott, toporgott munka után. Négy napig nem volt szerencséje, az ötödiken szívdobogva látta, hogy közeledik. Gyönyörű szürke öltöny volt rajta. És mosolygott. Már éppen bólintani akart, s valamilyen ürüggyel megszólítani, amikor észrevette, hogy a főnök másra mosolyog. Valakire, aki a háta mögött áll.

Megfordult. Csinos, barna asszony állt a túloldalon a legújabb divatú kabátban. Olyanban, amire ő csak áhítozik, de hiába nyúzza az anyját, nem veszi meg neki. Az asszony mellett egy kisfiú, Gyönyörű. Fogja az asszony kezét. A főorvos odamegy, átöleli az asszonyt, megcsókolja. Szerelmesen. Hogy lehet ez?

Rágógumit vett elő, elgondolkozva majszolta. Most meg kellene halni, ha nem volna éppen mozijegye. Pista vette, aki tulajdonképpen csinos fiú, és mérnök lesz nemsokára.

Másnap átkérte magát egy másik osztályra.

— Úgy gondoltam, a nőgyógyászaton jobban tudom hasznosítani magam — mondta ájtatos pillantással.

A főnővér bólintott. S azonnal elintézte az áthelyezést.

B. I.

Háromszög történetek

Az a bizonyos harmadik. Régi téma, megunhatatlan, mindig újjászülető. Az a bizonyos harmadik, aki belép, betoppan, meggyökeredzik, másfelé irányítja az életet, konfliktusokat okoz, kisebbeket, nagyobbakat, olykor feloldhatatlanokat.

A harmadik, aki nem biztos, hogy személy. Mint történeteink bizonyítják, lehet tárgy is. Valami, ami problémát jelent mindkettőnek. Hogy meddig? Az attól függ. Kinek mennyire fontos, ki mennyire tudja vagy akarja megőrizni. Kinek van ereje beismerni, megbánni vagy megbocsátani.

Szeszély, megszokás, szeretet, hűség.

Háromszög történeteinkben főként ezekről esik szó.

Asszonyszövetség

Béla és Nusi összeveszett. Béla elrohant, Nusi ottmaradt sírva a heverőn. Egy ideig szipogott, törölgette az orrát, aztán tűnődni kezdett, kinek mesélhetné el a bánatát. Az anyjának nem lehet, az anyja mindig ellenezte a házasságát: azt mondta: „Elvált emberhez fiam, ne menjen egy okos nő." — A barátnőjével éppen haragban van. Az anyósa, Béla anyja, mindig a fiát védi.

Márpedig beszélnie kell, kiönteni a szívét. Béla délután meccsre akar menni. Meccs után poharazni a barátaival. Ő ezt nem bírja elviselni. Ki adhatna tanácsot?

Eszébe jutott Márta, Béla elvált felesége. Néhányszor már váltottak szót, amíg a lakáscserét intézték. Jópofa nő, egyáltalán nem úgy viselkedik, mint ilyenkor szokásos.

Gondolt egyet, feltárcsázta a számot.

— Ne haragudj — mondta kissé zavartan —, de úgy gondoltam...

Márta megértő volt és készséges. Elmondta, hogy hatesztendős házasságuk alatt Béla majdnem minden szombaton meccsre ment, olykor szerdán is. Nem kell ellenkezni vele. Ez az egyetlen hobbija. Feleségét nem viszi magával, mert a barátok kinevetik.

— Viselkedj úgy — tanácsolta —, mintha örülnél a dolognak...

— Te úgy viselkedtél? — érdeklődött Nusi.

— Én nem... de hiszen a többi között éppen ezért váltunk el...

Nusi nem akart elválni Bélától. Szerelmes volt belé. Különben sem kapkodtak érte a férfiak. Őrült, hogy huszonöt esztendős korában férjhez ment.

Amikor Béla visszatért, Nusi már mosolygott. Frissen fésülte a haját, kicsit kisminkelte a szemét. Csábító pongyola volt rajta.

— Csak menj nyugodtan szívem — mondta —, után viselkedtem, ígérem, többé nem fordul elő.

Béla otthon maradt. Lemezt hallgattak, táncoltak és a férfi hosszan ecsetelte, milyen jó, ha az asszony engedékeny.

Attól kezdve Nusi gyakran felhívta Mártát. Mit csináljon, hogy Béla elengedje őt egyedül külföldi útra; beránt-sa-e a babfőzeléket vagy habarja; együtt sopánkodjon vele, ha náthás, vagy vegye úgy, mintha semmi nem történt volna — ezeket mind a volt feleséggel tárgyalta meg.

Mártának mindenre volt tanácsa. Ezek a tanácsok többnyire beváltak.

— Tudod — mondta egyszer elérzékenyülten Nusi —, ha te nem vagy, már régen otthagyott volna Béla.

— Tudom — mondta Márta, s nem mesélte el, hogy Béla már többször visszakéredzkedett hozzá annak idején. Mielőtt még elkezdődött volna Nusival a telefonkapcsolatuk. Panaszkodott, hogy Nusi pont olyan rigolyás mint ő, s ha már rigolyás felesége van, akkor inkább legyen a régi, a megszokott.

Márta nem akarta újrakezdeni. Boldog volt és kiegyensúlyozott. Úgy gondolta, hogy ebben a helyzetében illik segíteni a másiknak.

És így éltek együtt hármasban. Anélkül, hogy Béla bármit is sejtett volna.

Csak azt nem értette, hogy amikor egyszer véletlenül találkoztak, miért borul Nusi Márta nyakába. S miért mosolyog Márta olyan sejtelmesen.

Anna néni udvarlója

Eszter hetek óta aggódott. Valami baj lehet anyjával. Megváltozott, töprengő lett, elmaradozik otthonról. Valaki látta egy eszpresszóban egyedül üldögélni. Izgatottnak látszott. A keze reszketett.

Eszter nagyon szerette az anyját. Amióta elvált, kettesben éltek.

— Soha nem fogok többé férjhez menni — ígérte az anyjának —, csak neked élek majd.

Anya akkor sírt. Örömében.

— Hatvanhoz közeledek Esztikém — mondta —, én csak azt szeretném, ha te boldog lennél.

— Ha ez olyan könnyű volna — sóhajtott Eszter akkor is, most is. Nem talált partnert. Olyat nem, amilyet szeretett volna. Inkább lemondott a randevúkról. Sietett haza, anyjához. Kávéztak, tévéztek, néha elmentek a moziba.

De most, anyja kitér minden meghívás elől. És mintha rejtegetne valamit. A múltkor valami bársonyretikül után kutatott. Ideges volt, hogy nem találta. Később egy könyvet szorongatott, lapozgatott — a könyv azóta eltűnt.

Orvossal kellene beszélni. Talán már egy kis érelmeszesedés. Eszter szíve elszorult. Lehet, hogy jönnek a bajok? Hogy az ő kedves, vidám anyja megváltozik?

Tanácsot kért a házban lakó szomszédasszony-barátnőjétől. Hogyan lehetne az anyját tapintatosan orvoshoz vinni. Vagy egyáltalán megtudni, hol, merre jár? Miért üldögél egyedül az eszpresszókban? Miért nincs otthon délután?

A barátnő sok krimit látott és igyekezett felhasználni tapasztalatait.

— Vegyél ki egy nap szabadságot és kíséred el titokban anyádat, úgy, hogy ne vegyen észre...

Eszternek soha nem volt titka az anyja előtt. És szégyellte volna, ha nyomoz utána. Miféle dolog ez a titkos lopódzás. És egyáltalán hogyan csinálja?

Éjszaka nem aludt, forgolódott.

— Valami baj van? — gyújtotta fel anyja az olvasólámpát.

— Semmi... úgy látszik időváltozás lesz... — mondta bölcsen a harminc-éves Eszter.

Az anyja még sóhajtozott kicsit. Megkérdezte, milyen hosszú az út Drezdába?

Eszter megrémült. Csak nem akar elutazni.

Az éjszakai kérdés döntött. Eszter harmadnap otthon maradt. Nem a lakásban, hanem a szomszédasszonynál. Az ablakból figyelték, mikor zárja be Anna néni az ajtót. Szép kosztümöt viselt, rendezett volt a külseje.

— Soha nem láttam, hogy rúzsozná magát — mondta Eszter és könnyek gyűltek a szemébe.

Elindult ő is, először tétován, majd mind határozottabban. Anyja buszra, majd villamosra szállt. Egy külső kerületig utaztak, kacskaringós utcákban jártak. Milyen nehéz volt távol maradni. Attól félt, hátrafordul az anyja. Meglátja. Micsoda szégyen.

Aztán egy ház kapuján csengetett az anyja. Várt egy kicsit, toporgott. S ekkor következett a meglepetés.

Egy fehér bajszos, fehér hajú férfi lépett ki a kapun — ó borzalom —, megölelte az anyját. Belekarolt, úgy kísérte a házba.

Valami bűnbandába került az anyja? Maffia vagy ilyesmi. Olyanok közé, akik kifosztják, kirabolják, felhasználják valami bűntevékenységre? Vagy valami vallási szekta? Még elképzelni is borzasztó...

Alig hallotta, hogy kulcs zörög a zárban. Az anyja jött haza, s mintha bűntudat lett volna a szemében. Rögtön sürgölődni kezdett a konyhában. Teát főzött, rántottát sütött.

— Merre jártál? — érdeklődött Eszter evés közben, mintha csak véletlenül tenné.

Az asszony nem válaszolt. Lehajtotta a fejét. Zavartan kapirgálta a terítőt.

— Kislányom — szólt aztán halkan —, nekem udvarlóm van...

Eszternek cigányútra ment a falat. Köhögni kezdett. Először köhögött, aztán nevetni kezdett. Úgy nevetett, hogy az anyja ijedten szaladt egy pohár vízért.

De Eszter nem itta meg a vizet. Átölelte, csókolta az anyját. Kérdezősködött, miféle az udvarló.

— Nyugdíjas, de még bejár a vállalatához, nagyon szorgalmas ember.

— Szombatra meghívjuk — döntötte el Eszter —, paprikáscsirkét főzünk galuskával.

— Hát nem haragszol? — nézett rá az anyja félénken, mint egy kamaszlány.

— Boldog vagyok — mondta Eszter, s valóban úgy érezte, hogy az. Hogy csak ennyi az egész. S hogy megfiatalodott! S hogy nem veszett el még számára sem a remény.

— Rétest is sütünk... almásat.

És pár pillanat múlva már a lemezjátszó víg muzsikája töltötte be a kis lakást.

Telefonjáték

Az ifjú házaspárnál az esték nagyjából egyformák voltak. Először Eszter, a fiatalasszony ért haza. Gyorsan vacsorát készített felvágottból, sajtból, vajból. Az egészet tálcára rakta, átöltözött, aztán rohant be a szobába a telefonkészülékhez.

Mikor a férj, István hazaért, már csicseregni hallotta a feleségét. Először csicseregni, aztán kacagni, sírni, attól függően, hogy a vicces Tóni bácsival beszél vagy a szerencsétlen Mari néni panaszolja legújabb bajait. Eszter jószívű, érzékeny, fogékony asszony, mindenkivel együttérez, mindenkit sajnál. Csak őt, Istvánt nem. Hiába könyörög, hogy tegye szabaddá az estéit, hogy végre hagyja abba a folytonos telefonálást. Eszter mindent megígér, de semmit sem tesz.

— Ne tessék hagyni magát — biztatja Józsi bácsit, amikor az elmeséli, hogyan fúrták meg az újításait a vállalatnál.

És tanácsokat ad, mit tehetne Józsi bácsi. István homlokcsókja közben kis szünetet tart, elnézést kér Józsi bácsitól, aztán folytatják a társalgást.

— Csak a férjem jött haza... — mondja kis mosollyal, amikor az illető a vonal másik végén érdeklődik, hogy nem zavar-e.

István bólint: De igen. Zavar! Mindenki zavar! Szeretne leülni a feleségével, beszélgetni, esetleg csókolózni. De nem lehet. István sértődött arcot vág, kivonul a fürdőszobába, s csak egy óra múlva tér vissza. Eszter észre sem veszi.

Amikor a háromperces beszélgetést bevezették, István reménykedett. Rózsaszínűbbnek látta a világot. De Eszter nem hagyta magát. Papírt, ceruzát vett elő, kiszámította, hogy ha színházba, moziba mennének, ha olykor vendéglőbe vacsoráznának, ha mindehhez ruhát csináltatna, cipőt venne, mennyibe kerülne az egész. Nem beszélve arról, hogy Józsi bácsi portás, éjszakai egy vállalatnál, Mari néni pedig egy szövetkezeti irodában takarít, s onnan hívja fel. Iluci, a barátnője a szomszédék üres lakásából beszél, akik hosszabb időre külföldre utaztak, s rábízták a kulcsot. És este 6 után különben is 6 perc kerül 1 forintba.

A háromperces beszélgetés bevezetése tehát semmi változást nem hozott telefonnal terhes házaséletükbe. István néha lelkére akart beszélni a feleségének. Ecsetelte, mennyire más lenne az életük, ha esténként, telefonálás helyett, együtt néznék a tévét, moziba mennének, esetleg meglátogatnák azokat, akik telefonálnak.

Esztert nem lehetett meggyőzni.

— Tévét egyedül is nézhetsz, moziba te se szeretsz járni, Józsi bácsit utálod, Iluciról nem is beszélve.

És megsimogatta a férje gondterhelt ifjú homlokát.

— Hidd el, jobb ez mintha megcsalnálak, mint Jolán...

Jolán annak idején István menyasszonya volt, s valóban hűtlenséget követett el, de a férfi már-már arra gondolt, talán az is jobb volt mint a telefon.

Szakadatlanul törte a fejét. Hogyan konkurálhatna a telefonnal? Megkeresett egy szerelőt. Tanácskozott, konzultált vele. A szerelő javasolta, hogy rontsa el időnként a telefont. István tudta, hogy ez nem megoldás, Eszter aranyos, kedves, jóban van a hibafelvevővel, a múltkor is, amikor elvágta a zsinórt, azonnal kiküldtek valakit.

Más jutott eszébe. Más, ötletesebb megoldás.

Felhívta Esztert telefonon a munkahelyéről, ahol túlórázott. És beszélgettek sok mindenféléről. Olyanról, amire otthon nem jutott idő.

Udvarolt a feleségének. Megpróbálta újból meghódítani.

— Milyen kellemes a hangod — mondta lágyan az asszony. És beleegyezett, hogy megvárja egy kis cukrászdában.

Kis konyakot ittak, dobostortát ettek. Összebújtak, bolondos szavakat mondtak egymásnak. Eszter ugyan néha türelmetlenül az órájára nézett, de tíz óra előtt nem mentek haza.

Ettől kezdve István gyakran felhívta a feleségét. Lefoglalta a vonalat. Józsi bácsi megsértődött, Iluci keresett magának egy udvarlót.

S megtörtént, hogy egy este csendben maradt a készülék. És Eszternek sem volt kedve tárcsázni. István győztesen nézett maga elé. Elhatározta, hogy vesz egy szép bársonyterítőt. S azzal takarja le a készüléket.

Bende

Szemünk fénye a gyermek

„A gyermekeknek — egészséges fejlődésük érdekében — különleges gondoskodásra és megkülönböztetett figyelemre van szükségük."

(Az ENSZ 1959. évi, a gyermekek jogairól szóló deklarációjából.)

1

Fiatalasszony szállt fel kicsi gyermekével a minap a zsúfolt autóbuszra. Az a néhány fiatal, akit ülőhelyén hirtelen mélységes érdeklődés fogott el az utcai látványosságok iránt, meg sem moccant.

— Hát én hova csücsüljek? — szólalt meg sírásra gorbülő szájjal, panaszosan a gyerek, mire egy kettős ülés belső helyéről sietve felállt egy középkorú asszony.

Amíg a mama elrendezte ölében a kicsit meg a két szatyrot, az apróság tovább lamentált:

— Ablakhoz csücsülök. — Hogy választ nem kapott, újra rákezdte. — Ablakhoz akarok...

Az ablaknál nincs hely, Balázska — magyarázta türelmesen az anyja. — Még meg sem köszönted a néninek, hogy leülhettél. Pedig ő is a „dolgozóból" jön és fáradt lehet, mégis felállt, hogy te leülhess. Mondd neki, hogy köszönöm szépen.

— Köszönöm szépen — szajkózta utána engedelmesen a gyerek, s a közelben lévők jólesően elmosolyogtak: így, ilyen korán kell kezdeni...

2

Sajnos nem minden szülő tudja, hogy a viselkedést, az emberi együttélés szabályait már a pici gyerekkel is el lehet — el kell sajátíttatni. Mindössze két dolog kell hozzá: jó példa és türelem.

A divatos balatoni fürdőhely egyik vállalati üdülőjében történt az alábbi eset.

— Mennyi idős a kislány? — kérdezte a gondozónő az imént érkezett házaspárt, s keze, amely a szobakulcsért nyúlt, tétován lehanyatlott. — Nagyon pici ő még szerintem.

— Három lesz a jövő héten, itt fogjuk ünnepelni a születésnapját — hadarta sietősen a mama, de nem nézett a gondnoknő szemébe.

— Önök tudják — mondta a gondnoknő —, de emlékeztetnem kell önöket, hogy az üdülőben csak 3. életévét betöltött, szobatiszta gyermekkel lehet jönni.

A bajok már az ebédnél elkezdődtek: a kicsi az istennek sem akarta megenni az üdülés első napján szokásos, egységes menüt: a fűszeres fejtett bablevest és a zsíros sertéspörköltet. Szülei felváltva és kanalanként diktálták belé az ételt. Aztán eljött az este, s vele a vacsora ideje. A gyerek be sem akart menni az étterembe. Nyűgösen sirdogált, huzatta magát. Mint kiderült, minden oka megvolt rá, hiszen a déli tejfölös paprikás csirke emléke olyannyira nem múlt el nála nyomtalanul, hogy negyedóráig takarítottak utána a felszolgálók...

3

A békásmegyeri lakótelep egyik házának, egyik lépcsőházában megvalósult az abszolút békés egymás mellett élés. A lakók olyan házirendet fogadtak el, hogy este 7 órától reggel 8 óráig tilos porszívózni, fúrni-faragni, hangosan rádiózni, tévézni, magnózni, szöget verni, tiplizni, kalapálni. Aki az önként vállalt tilalmakat megszegi, azt a többiek kiközösítik.

Bezzeg nem így van a többi lakótelepen!...

Lakáscserét hirdettek a múltkor a Fehérvári úti lakótelepen, este öt órától lehetett — személyesen — érdeklődni. A csengetésre negyven év körüli asszony nyitott ajtót, szívélyesen tessékelt befelé. A lakás kétszobás összkomfortos, helyette ugyanilyet kért.

— Mondja meg őszintén: ha se kisebbet, se nagyobbat nem kíván, miért akarja ezt a lakást elcserélni?

— Azért, mert... — idáig jutott az asszony, amikor a fejünk felett megkezdődött a dübörgés. Betöretlen mesztáng-csikók száguldozhattak így a vadnyugaton, a széljárta prérin. A háziasszony idegesen összerándult, majd legyintett:

— Ezért. Hogy kértem az anyjukat, könyörögtem, csak egy-két napig tartsa féken őket, amíg jönnek a hirdetésre a lakást megnézni. Vagy, ha már fékezhetetlenek, legalább a fapapucsot ne adja rájuk, mert így a siketnémát is elüldözik, nemhogy a lehetséges cserepartnert! Hát még erre sem volt képes. Kérem, mi kertes házban laktunk, de szanálták, és így kerültünk ide. Amúgy sem szoktam hozzá, hogy a fejem fölött zuhogjon a vécéöblítő, és hajnalonta a szomszédom vekkerére ébredjek, de ez a késő estig tartó facipős rohangálás odafenn, valósággal kikészít idegileg. Nem is értem, hogy óvodáskorú gyerekeknek hogy szabad este tízig-tizenegyig fenn lenniük?! Ha már fapapucsot viselnek, miért nincs a lakásban szőnyeg!?...

4

Tanácstalanul topogok a vidéki város épülő lakótelepén: a házak egyformák, utcanevek, házszámok még nincsenek, tessék itt eligazodni.

— Keres valakit? — sajnál meg végre egy jólelkű házfelügyelőnő. A kutyáját viszi sétáltatni.

— Galkó Márton at — mon om reménykedve, de csak tagadóan ingatja a e t: az zu an yen nevű la nincs.

— Fogorvos a családfő — folytatom, hátha így ismeri. Így sem.

— Nekik is tacskójuk van! — csapok a homlokomra, amikor már semmi sem jut eszembe. — Csulinak hívják.

— Miért nem így kezdte? — mondja felderülve a házfelügyelő —, itt laknak a szomszéd házban.

— Azt a kutyát az egész telep ismeri, amióta megmentette két kisgyerek életét.

Bernáthegyi kutyákról tudtam, hogy kiássák a hóból a lavinák áldozatait, vakvezető kutyákról, hogy óvják-védik gazdájuk testi épségét, de a tacskó, mint életmentő?!

— Ezen a telepen főként fiatalok laknak, sok a kisgyerekes, gyesen lévő mama — mesélte a házfelügyelőnő. — A legtöbb családban nincs kire hagyni a kicsiket, hiszen még a nagyszülők is aktív keresők. A mamák azt találták ki, hogy berakják a gyerekeket a gardrobba, odatesznek melléjük egy kis ennivalót, meg egy cumisüveg teát, aztán irány a mozi vagy a presszó. A gyerek

az ablaktalan helyiségben bömbölhet, kijönni sem tud, meg sem hallja senki. Az embernek megáll az esze!

— És hogy jön ehhez Csuli?

— Úgy, hogy a kutya meghallotta a gyereksírást vagy ösztönösen megérezte a bajt, nem tudni, de tény, hogy a télen, ő mentette meg a Zajkó-ikrek életét. Zajkó Béla buszvezető, minden második éjszaka távol van a családjától. A feleségé meg amolyan rosszféle volt, gyakran látták fiatalemberekkel a környéken. Egy nap aztán bezárta a két kicsit a gardrobba és elment. Másnap délben a kutya annyira szűkölt a bejárati ajtó előtt, hogy kihívtuk a rendőrséget. Feltörték a lakást és a gardrobban megtalálták az eszméletlen ikreket. Az apjuk csak késő este jött meg a szolgálatból, az anyjukat sosem láttuk többé...

5

Ülünk a trolibuszban, s nem értjük a dolgot: semmi sincs előttünk, a lámpa is zöldet mutat. Miért nem indulunk? Egyszercsak kinyílik a vezető ajtaja, s a „pilóta" közli, hogy baj van az áramszedővel, meg a felső vezetékkel, szíveskedjünk leszállni. Bosszúsan kászálódunk lefelé, most aztán ácsorogha-tunk újabb húsz percig, a sötétedő Landler Jenő utcában. A sarki közért-kirakat mélyedéseiben emberek üldögélnek, sűrűn, mint a fecskék a sürgönydróton. Előbb azt hisszük, szintén a tömegközlekedés hajótöröttjei, aztán csakhamar kiderül, hogy nem. A túloldali italbolt — bizonyára — törzsvendégei, akik kiszorultak a füstös helyiségből, s itt, a kirakatokban üldögélve vedelik erősen rumszagú sörüket. Köztük néhány 12—14 éves forma gyerek.

— Apám — mordul fel most az egyik vézna fiú — hozhatna még egy rundot! A nyelve már nehezen forog, de társai így is megértik, és szavait helyeselve moraj követi.

A kupacból most kiválik egy nyeszlett, tétova rongycsomó, és áttántorog a túloldalra. Öt perc sem telik belé, amikor előkerül, reszkető kezeiben három-három teli korsóval. Elsőnek a fia hörböli ki az italt. Az apa büszkén hátbavágja: „Eszem a cúgodat..."

6

A BVSC-uszodában figyeltem fel rájuk, tavaly nyáron: a lusta és morózus apára, a rémült kotlóshoz hasonló anyára és ifjú Tohonya Miskára — ahogy magamban elneveztem. Szép, nagy melák gyerek volt, tízéves létére lehetett vagy 70 kiló. Alighogy kinyitott a büfé, már rákezdte a nyafogást: „Anyu vegyél nekem lángost!" Anyu szó nélkül feltápászkodott a pokrócról — a gumimatracon ugyanis szemefénye szuszogott az árnyékban — és beállt nyolcvanharmadiknak a sor végére. Később kóláért szobrozott jó fél órát, aztán szovjet fagyit kívánt a gyerek, nyomatékul pedig főtt kukoricát. Amint kongatták a delet, anyu beballagott a kabinba, kihozta az Adidas-szatyrot, és tálalta a rántott szeletet jóétvágyú fiacskája elé. Ebéd után vizet hozott a csaptól a gumisapkájában, hogy a picike lemoshassa a kezét.

Legközelebb ősszel találkoztunk, a tanév kezdetén. Tohonya Miska éppen a trolibuszra szállt fel, mögötte édesanyja a tömött iskolatáskával.

7

A közeli gyermekjátszótéren „áll a balhé", két nemzedék viaskodik egymással a hintákért: anyák és gyermekek. Persze az anyák — a mások gyermekeivel.

— Nem mész onnan, te kis majom! — kiabál egy asszony egy pipaszár karú-lábú fiúcskára. — Mindjárt lelöklek, ha nem férsz a bőrödbe. Te már kétszer hintáztál a héten, most Lacóka következik.

És Lacóka — legalább kétannyi idős mint a kis „majom" — olyan képpel tolja fel fenekét a lánchintára, mintha ő volna a világ közepe. Tartok tőle, így is hiszi.

A rönkvárnál is kirobban a veszekedés. Ezt is a mamák kezdik. A gyerekek egy pillanatig szájtátva figyelnek, aztán maguk is bekapcsolódnak. A példa ragadós.

6

Pedagógus barátnőm meséli:

— Mostanában egyre erősebb nosztalgiával gondolok vissza debreceni diákéveimre. A patentharisnyára, amelynek viselése 16 éves korunkig volt kötelező; a matrózblúzos rakottszoknyára, a pirossal paszpolozott, szürke lüsztersköténynyünkre, és a sötétkék alapon fehér mintás flokkonból készült „honi petytyesünkre". Máig is meggyőződéssel ál-

lítom, hogy magas fokú, demokratikus iskolázottsága és fejlett pedagógiai érzékű lehetett, aki ezeket elrendelte. Ha életmódban és az iskolán kívül nem is, legalább az iskolapadban egyformákká tett bennünket.

— Hidd el, ami most megy, az a józan ész megcsúfolása! Egy nyári úttörőtáborozásra akkora bőröndokkel jönnek a hatodikos lányok, és benne annyi „toalettel", hogy azt én büntetésből sem volnék hajlandó magammal cipelni A tan r kon ivatbemutatót rendeznek. Ha hiszed, ha nem, van olyan 13 éves tanítványom, akit belvárosi módi boltokból öltöztetnek. A melléknévi igenevekről fogalmuk sincs, de annál járatosabbak a „diszkó szerelés" beszerzési helyeit és árait illetően. A nyolcadikosok idei ballagásán divatbemutatóra való ruhaköltemények vonultak fel.

Magam is folytathatom: tízéves gyerekekkel, akiknek a havi zsebpénze egy-egy „Ady"; nyolcesztendős matchbox-gyűjtőkkel, akik heti ötvenesért rosszabb anyagi helyzetben lévő társaikkal cipeltetik az iskolatáskájukat; gyereklányokkal, akik — a fodrásznőm szavai szerint — gyakoribb vendégek a belvárosi „szépművészeti intézetben", mint én.

Folytathatnám, de nem teszem. Félek, hogy tippeket adnék vele.

9

„Kényes" kérdésekről beszélgetünk az Sz.-i rendelőintézet igazgató főorvosával, dr. S. Károllyal.

— Ahhoz képest, hogy a kontinens egyik legfejlettebb egészségügyi ellátottságú országában élünk, ahol az ingyenes gyógyítás alapvető állampolgári jog, kétségbeejtő, hogy mennyi maradisággal, álszeméremmel és tudatlansággal találkozunk mind a szülők, mind a középiskolások és szakmunkástanulók soraiban. Nemcsak arra gondolok, hogy a két éve kísérletképpen bevezetett szűrővizsgálataink alkalmával 31 diáklánynál találtunk különböző, elhanyagolt nőgyógyászati problémákat, hogy 16 éves fiúk „trófeákat" gyűjtenek, vagyis azzal dicsekszenek, hány „nőügyük" volt, de én idesorolom a tizenévesek többé-kevésbé rendszeres alkoholizálását, a különböző élénkítő hatású gyógyszerek fogyasztását, sőt, a kétségbeejtően ápolatlan, szuvas, elhanyagolt fogazatot is. A kívülálló el sem tudja képzelni, milyen elképesztően hiányos bizonyos kamaszkorosztályok testi higiéniája, és egyik-másik fiatalember külsejénél már csak a beszédje mocskosabb.

Példákat sorol: városszerte ismert, köztiszteletben álló szülők gyermekeit, apjuk autójával jogosítvány nélkül száguldozó fiúkat, nikotintól sárga fogú gimnazista lányokat, orgiába fulladt házibulikat...

10

Olga harmadik gimnazista és másodszor nyert első díjat a középiskolások idegen nyelvi versenyén. Tolmácsnak vagy idegenvezetőnek készül.

— Összekötve a kellemest a hasznossal — mondja komolyan — a nyelvtudásomat is hasznosítom, világot is láthatok.

— Ki ajánlotta neked ezeket a pályákat?

— Senki. Olvastam Lomb Kató könyvét. az adta az otletet. Apám orvosnak szánt, de azt nem bírná a gyomrom, anya pedig rámbízta, hogy olyan pályát válasszak, amihez leginkább kedvem van.

— Mi a véleményed a korosztályodról Olga?

— Túl könnyen kap meg mindent... azt hiszem — teszi hozzá szerényen. — Én sem ismerem a nélkülözést, de azt az esztelen pazarlást sem, amit egyik-másik osztálytársamnál tapasztalok. Egy cipőt csak egy szezonban hordanak, utána kidobják. Minden évben új télikabát, minden nyáron külföldi utazás. Van olyan osztálytársam, aki még sosem volt velünk úttörőtáborban, építőtáborban vagy szociológiai gyűjtőúton. Nem is tudja szegény mit veszített.

★

Sajnos gyakran kritikátlanul, vakon és rosszul szeretjük szemünk fényét a gyermekünket. Hibái felett elnézően szemet hunyunk — ahelyett, hogy nyesegetnénk modortalanságát, egyéniséggé magasztosítjuk, kívánsága számunkra parancs akkor is, ha teljesítése meghaladja anyagi lehetőségeinket és a józan mértéktartás határát.

Ne így. Okosan szeressük őket!

Nyiri Éva

Kedves Pályaválasztó Fiatalok!

Kedvező tanulási lehetőséget ajánl számotokra a

Globus Nyomda

Fő profilunk a dobozgyártás, de mellette szép kivitelű prospektusokat, falinaptárakat, hanglemeztasakokat, plakátokat és különböző tájékoztató nyomtatványokat készítünk. Több termékünk ebben az évben is elnyerte a „Kiváló és jó minőségű Nyomdaipari Termékek" címet.

Jelentkezéseteket várjuk az alábbi szakmákra:

Nyolc általános iskolai végzettséggel
ofszet gépmester (fiúk),
magasnyomó gépmester (fiúk),
kéziszedő (lányok, fiúk),
valamint TMK-részlegünkbe
lakatos, asztalos és villanyszerelő
Képzési idő: 3 év

Középiskolai végzettséggel
ofszet gépmester (fiúk),
kéziszedő (lányok, fiúk),
nyomdai retusőr (lányok, fiúk),
fénymásoló (fiúk),
montírozó (lányok)
Képzési idő: 2 év

Budapesttől 50 km-re, Rétságon lévő gyáregységünkbe felveszünk ofszet gépmester, lakatos és villanyszerelő tanulókat. A tanulók a tanulmányi eredményük után járó ösztöndíjon felül társadalmi ösztöndíjat kapnak, és a tanulóidő alatt napi 3,— Ft-ért étkezhetnek. A másod-, illetve a harmadéves tanulókat az utolsó félévben szakmunkásbérrel foglalkoztatjuk. A szakmunkásvizsga letétele után jó kereseti lehetőség. A munkában kiemelkedő, jó képességekkel rendelkező fiatalokat egyetemre, főiskolára javasoljuk.

Szociális és kulturális juttatások:
minden második szombat szabad,
sportolási lehetőségek,
szépirodalmi és műszaki könyvtár,
KISZ-rendezvények,
üdülő a Balaton mellett és a Római parton

Jelentkezni lehet személyesen vagy levélben a vállalat személyzeti vezetőjénél.

GLOBUS NYOMDA

Budapest VI., Aradi u. 8—10.
Levélcím: 1393 Budapest Pf. 346
Telefon: 324-130

Pályakezdő fiatalok!

Szeretettel vár benneteket

a

Fővárosi Tanács

Gyógyszertári Központja

Felvételt hirdetünk érettségizett fiatalok részére, Budapest egész területén működő gyógyszertárakban,

A gyógyszertári asszisztens a gyógyszerész közvetlen segítőtársa, munkaköre szorosan kapcsolódik a gyógyszerészéhez. A képzés kétéves munka melletti tanfolyam keretében történik. A heti munkaidő 44 órás, minden második szombat szabad. A tanulmányi idő alatt a jelöltek heti 12 óra elméleti és laboratóriumi oktatásban részesülnek, a további 32 órában pedig gyógyszertári gyakorlati foglalkozásokon vesznek részt. A második év végén a gyógyszertári asszisztensi oklevelet képesítővizsgával szerzik meg. Továbbtanulási lehetőség is adott, expediáló és analitikus szakasszisztensképzés keretében. A szakasszisztensképzés az Egészségügyi Szakdolgozók Központi Továbbképző Intézetének (Sopron) szervezésében történik.

A tanulmányi idő alatti bér — jelenleg — 1700—1900 Ft + műszakpótlék. Rendszeres sportolási lehetőség a vállalati sportkör szakosztályain belül.

Fiatalok!
Jelentkezéseteket — írásban vagy személyesen — várja a

Fővárosi Tanács Gyógyszertári Központja
személyzeti és oktatási osztály
1051 Budapest, Zrínyi u. 3.

Az ország legnagyobb lakásépítő vállalata a

43. sz
Állami Építőipari Vállalat

szakmunkástanuló felvételt hirdet
az 1981/82-es tanévre

— ács-állványozó
— kőműves
— épületburkoló (hideg)
— épületgép-szerelő
— csőhálózat-berendezésszerelő (víz, gáz)
— villanyszerelő
— épületasztalos
— festő-mázoló-tapétázó
szakmákba.

Vidékieknek kollégiumi elhelyezést és teljes ellátást (étkezés, munkaruha stb.) biztosítunk.

A tanulmányi ösztöndíjon felül 250—500 Ft társadalmi ösztöndíjat is fizetünk.

Jelentkezés levélben
43. sz. Állami Építőipari Vállalat
Oktatási Osztály
1117 Budapest XI., Dombóvári u. 17—19.
Személyesen: Budapest XI., Budafoki u. 42.
Oktatási Központ

Kérje részletes pályaválasztási tájékoztatónkat!

A Pest megyei Állami Építőipari Vállalat

Általános iskolát végzett fiúk jelentkezését várja szakmunkástanulónak az 1981/82-es tanévre:

épületvillamossági szerelő,
padlóburkoló,
magasépítőipari ács-állványozó,
központifűtés- és
csőhálózatszerelő,
vízvezeték- és készülékszerelő.
gázvezeték- és készülékszerelő,
szobafestő és mázoló (tapétázó),
kőműves,
épületasztalos,
vasbetonkészítő,
vízszigetelő,
bádogos,
építőgépszerelő,
autószerelő,
épületburkoló,
vas- és fémszerkezeti lakatos.

Vidéki fiatalok részére a tanácsok irányítása alá tartozó kollégiumban elhelyezést, valamint teljes ellátást biztosítunk. Ösztöndíjat, a III. évben teljesítménybérezési lehetőséget, valamint a rendeletekben előírtaknak megfelelő társadalmi szerződéses ösztöndíjat biztosít a vállalat.

Jelentkezés: személyesen vagy írásban a vállalat szakoktatásán.
1751 Bp. XXI., Kiss János alt. u. 19—21.
(Megközelíthető: Boráros tértől gyorsvasúttal a második megálló.)

A karácsonyi nagynéni

A vézna kis öregasszony ott sétálgatott a ház előtt, kezében ócska bőröndel, amit néha letett a földre, majd ismét fölemelte, ha valakit közeledni látott. Hideg volt. A kerítés drótját zúzmara fedte, megannyi csillogó „üvegszilánk" az utcai lámpából rávetődő fényben.

Az öregasszony fázott. Behúzódott kopott télikabátjába és onnan lesett elő, mint a repülésre képtelen, sebesült madár a fészekből.

Mizser Péter már messziről észrevette, ahogy sietett haza a busztól. De nem gondolta, hogy rá vár. Biztosan nincsenek otthon a szomszédok — villant át az agyán —, és nem tud bemenni a néni. Ezért érte aztán váratlanul, hogy amikor mellé ért, az öregasszony hirtelen leejtette kezéből a bőröndöt és felkiáltott:

— Péterke! Édes kis fiam! — És már ölelte is a nagy darab, fekete kőművest olyan erővel, mintha sose akarná elengedni.

— Össze tetszett valakivel téveszteni... — szabódott a fiatalember, míg nagy nehezen kibontakozott a szorításból.

— Még ilyet! Hogy én téged...? Megismertelek már a járásodról. Szegény megboldogult apádnak volt ilyen kemény menése, mintha a földet is be akarta volna horpasztani a lépteivel.

— Apámnak? — Mizser meglepődött. — A néni ösmerte az apámat?

Az öregasszony elsírta magát. Zsebkendőt kotorászott elő és azzal nyomkodta, dörzsölgette meg a szemét.

— Péterke — mondta —, hát te már nem emlékszel semmire? Igaz, kicsi voltál még, olyan négyesztendős forma, amikor utoljára a karomban tartottalak, de talán mégis valami csekélység...

— Mire kéne nekem emlékezni? Egyáltalán kihez van szerencsém?

— A nagynénédhez... édes kis fiam...

Mizsernek kitágultak a szemei, bambán bámult az öregasszonyra, majd a pillanatnyi döbbenetet tovább kergette egy nevetéssel.

— Kutyának való idő van — mondta — és az a féldeci ugye...

— Nem értem mit mondassz, fiacskám?

— Egy kis tütü a hideg ellen... Értem én nénike, megértem én... De most már engedjen, mert be szeretnék menni a házamba!

— Mehetünk fiam, már hogyne mehetnénk...

— Mehetünk? Ezt meg, hogy értette? — Csak ahogy érteni lehet. Kint hagynád a nagynénédet a hidegben? Pestről utaztam ide, egyenesen hozzád... Forduljak talán vissza?

— Felőlem, azt csinál mama, amit akar! Gyerekkoromban sem szerettem a meséket, nem még most... Na engedjen!

— Várj csak lelkem... Mutatnék én neked valamit.

Az öregasszony lehajolt, kinyitotta a bőröndöt és egy képet vett elő. Mizser felé tartotta.

— Ez az egyetlen fotografiám maradt anyádról, elhoztam neked, legyen most már a tiéd.

Mizser a képet nézte. Nem kétséges, az anyjáról készült csakugyan. Megsárgult amatőrfotó a mosolygós fiatalasszonyról. Szakasztott olyan, amilyet ő is őrzött a tárcájában.

Nem szólt, csak indult befelé a házba. Az öregasszony meg utána a bőrönddel.

— A kép sokféleképpen magához kerülhetett — mondta később Mizser —, ez még nem bizonyít semmit. Nem akartam, hogy kint fagyoskodjunk, itt bent nyugodtabban elmondhat mindent.

Az öregasszony ekkor már ott ült a fotelben. Divatjamúlt kis fekete kalapját az asztalra tette, kigombolta a télikabátját is. Élvezte a jó, egyenletes meleget.

— Etázsfűtés? — kérdezte, mintha bizonygatni akarná, hogy tisztában van ő a korszerűbb dolgokkal is.

— Az hát, etázs... De most ne ez érdekelje, hanem beszéljen inkább...

— Egyedül maradtam — sóhajtotta az öregasszony —, mint a tőkén hagyott szőlőfürt, amit elkerült a szüretelők keze... Szegény Pista bátyád, az én megboldogult uram, már tíz esztendeje, hogy itt hagyott... Derék, jó tartású ember volt még öreg korában is...

— Az anyámról meséljen... — szólt közbe türelmetlenül Mizser.

— Hiszen arról akarok én — mondta gyorsan az öregasszony —, de hogy odáig eljussak muszáj onnan kezdenem, amikor még Mezőcsalánoson éltünk... Bizony ez már nagyon régi történet, de még most is megvilágosodik tőle az arcom, mert boldogok voltunk ott. A te áldott emlékezetű nagyapád, akit bíró viselt emberként tiszteltek a faluban, igen szeretett minket... Mondogatta is mindig...

Mizser hallgatta az öregasszonyt, aki mindenről beszélt, csak éppen arról nem, ami őt a legjobban érdekelte volna. Hiszen az anyjáról csak nagyon halvány emlékekkel bírt, a háborúban eltűnt apját meg egyáltalán nem ismerte, és senkit a rokonságból. Intézetekben nőtt fel, ott tanulta ki a kőművesszakmát is, amíg aztán ide került ebbe a községbe, megnősült, elvált és most itt él egyedül a maga építette házban, ennek jó pár éve már. És most jön ez a kicsi öregasszony, aki azt állítja magáról, hogy a nagynénje és összehord itt hetet-havat.

— Ide hallgasson nénikém — csattant a hangja ingerülten —, elég ebből a temérdek hazugságból! Nem tudom ki maga, honnan jött, mit akar, ha éhes szívesen megkínálom azzal ami itthon van, de aztán vegye a motyóját és menjen isten hírével oda, ahonnan elindult...!

Az öregasszony ismét elsírta magát. Gyámoltalanul gyűrögette a zsebkendőjét, akár egy megijesztett gyerek, ki nem tudja, mit is tegyen nagy kiszolgáltatottságában. Mizser ideges lett, bizonytalan. Nem ismer ő senkit a rokonságból, hátha talán... Vagy bolond ez? Az elmegyógyintézetből szökött ki?

— Mit akar? Azt mondja meg legalább mit akar most tőlem?

— Semmit édes fiam, csak látni szerettelek volna... És nemsokára itt a karácsony, gondoltam, eltölthetnénk együtt...

— Honnan tudta meg a címem? Meg, hogy én vagyok az, akit keres?

— Hiszen a rokonaid után érdeklődtél az újságban...

— Nem érdeklődtem én semmikor!

— De hát egy Mizser Péter... Ezzel a két szememmel olvastam. ...Mondtam is magamban: na ez csak az a Mizser lehet...

— Összekevert valakivel! Sok Mizser van. Biztosan akad közöttük Péter is...

— Megéreztem én azt... És anyád fotográfiája? Az hogy került volna hozzám?

Az ám, a kép! Mizser előkapta a tárcáját, kiforgatta, kereste benne egyetlen emlékét anyjáról. Nem találta. Kitette volna valahová? Talán a fiókba, ahol az iratait őrzi? Vagy ez az öregasszony lopta el? De hiszen most látja először. Akkor, hogy keveredhetett hozzá? Csakugyan az anyja adta még neki?

— Kimennék a konyhába — ajánlotta bátortalanul az öregasszony —, és csinálnék valami vacsorát... Ha van itthon tojás akkor...

Mizser csak legyintett és közben törte a fejét: mit kellene most tennie? Ha egy nőről lenne szó, minden teketória nélkül kidobná, de hát ez egy öregasszony... Olyan aprócska, hogy elférne szinte a tenyerében is...

— Pestről jött? — kérdezte meg később, kicsit már oldottabb hangulatban a jóízű, kellemesen fűszerezett szalonnás rántottát falatozva. Milyen más még ez is, ha hozzáértő kezek készítik el.

— Nem Pestről fiam, hanem sokkal messzebbről... Pécsről...

— De mintha Pestet említette volna...

— Hát ugye ott is laktunk... Egy házban anyádékkal a Nyúl utcában... Amikor a házat lebombázták, akkor mentünk Pécsre...

—Pista bátyádnak volt ott egy örökölt háza, hát abba...

Mizser eltöprengett. Valóban a Nyúl utcai házban laktak, ott is halt meg az anyja a bombázáskor... Lehet, hogy mégis...? Zavaros, nagyon zavaros a néni, de majd utánanéz mindennek. Majd holnap... Addig meg töltse itt az éjszakát, hiszen három szoba is van. Elfér.

Hanem másnap még ebédelni is alig volt ideje. Új ABC-áruházat építettek a közeli város egyik lakótelepén és nagyon sürgette őket az idő. Késő este vetődött haza és igencsak meglepődött a látványtól. Letörölgetve, felporszívózva, helyére rakva minden. Az ablakok tisztára mosottan csillogtak, és még a levegő is frissebben szaladt a tüdőbe. Vacsorára meg olyan töltött káposztát készített a néni, hogy még az illatából is gyönyörűség volt egy nagyot szippantani.

— Hol vette bele a húst? Hiszen nem volt itthon.

— Hát a hentesnél... Van énnekem pénzem...

— Nem úgy van az... Majd odaadom az árát... Most az én vendégem...

Node holnap — gondolta aztán —, már csakugyan végére járok ennek az egésznek...

De úgy telt el a hét, hogy nem volt ideje érdeklődni és talán — magának is röstellte bevallani —, nem is akart iga-

zán. Az öregasszonnyal mintha az otthon hangulata érkezett volna el. Amire mindig is vágyott. A tiszta lakás, a kivasalt ingek, meleg vacsorák... És a vacsorák mellé régi történetek a szüleiről, a gyerekkoráról, Pista bácsiról, a bíró viselt nagyapjáról, a mezőcsalánosi nyarakról, népszokásokról... Mizser sokszor úgy érezte, hogy valóban a nagynénje lehet ez a különös vendég. Megkapta, mint valami karácsonyi ajándékot...

— Olyan mákosgubát csinálok szentestére — igérte az öregasszony —, hogy nem győzöd majd enni... Még az anyádtól lestem el a készítési módját, biztosan ízleni fog...

Karácsonyra vett egy szvettert az öregasszonynak. Jó meleget, gyapjúból. Aztán megvette a fenyőfát is a városban. Még volt ideje a busz indulásáig, unaloműzőnek újságot vásárolt. Amikor beletekintett a helyi lapba, az utolsó oldalon meglátta az öregasszony fényképét. „Ki tud róla?" Harsogott felette a kérdés, alatta meg a szöveg, hogy a helyi szociális otthonból eltűnt özv. Domonkos Istvánné. Aki valami felvilágosítást tud adni a keresett személyről, az jelentse a rendőrségnek.

Mizser rögtön megértett mindent. Átkozta magát, hogy ez előbb nem jutott eszébe. Talán egy hónapja annak, hogy akadt egy kis munkájuk a szociális otthonban. Két napig dolgoztak ott mindig körülfogva a munkájukat figyelő öregekkel, akik kérdezgették, beszélgettek, amíg várták az ebédhez szólító csengetést. Megsajnálta őket, talán azért is, mert az intézeti emlékek rohanták meg, amikor ők is így álltak, bámészkodtak körül az idegeneket, a külvilág „hírhozóit". És ezért történhetett úgy, hogy mesélt nekik... Egész életét meggyónta ott az „egyenarcú" öregeknek, a sorstársakat megillető bizalommal.

Otthon mindent bevallott az öregasszony. A tárcából kicsent képet is, amit azért vett magához, mert már akkor elhatározta, hogy fel fogja keresni.

— A fiam elesett a háborúban... Csak egyszer akartam érezni, milyen lett volna, ha az ő házában töltöm a karácsonyt... Hasonlítasz rá, ilyen szép, derék legény volt, amilyen te...

— De miért hazudott? Miért nem mondta meg az igazságot?

— Mert visszavittél volna...

— Azt hiszi, így nem? Na pakoljon és gyerunk!

— De hát a karácsony... a mákosguba...

— Ne dühítsen azzal a mákosgubával! Ha nem jön szépszerivel, a rendőrök viszik vissza... Ezt akarja?

— De még csak ezt az egy napot...

Mizser tehetetlenül sóhajtott... Hiszen már ez az egy nap se ide, se oda. Aztán az is eszébe jutott, szégyellte is, hogy főképpen azért dühös erre az öregasszonyra, mert megtudta róla a valót. Pedig az eszével kezdettől elutasította ezt az egész nagynénis históriát, de azért a szívét váltig altatgatta a reménnyel...

Karácsony este esett a hó. Az öregasszony régi karácsonyokról mesélt és a szépen feldíszített fa alatt népdalokat énekelt. Akadt közöttük vidám is, amitől Mizsernek megjött a kedve, csárdást tett fel a lemezjátszóra és megtáncoltatta a karácsonyra kapott nagynénit.

Másnap reggel csöndesen ültek a buszon egymás mellett. Nem szóltak egész idő alatt. Az öregasszony az elmaradó havas fákat nézte és néha tűnődve elmosolyodott.

— Hát maga hol bujkált Eszti néni? — Az igazgatónő hangjában a dorgálás mögött ott lapult a megkönnyebbülés is, hogy a „szökevény" megkerült.

— Az unokaöcsémnél... — mondta az öregasszony, de nem nézett Mizserre.

— Magának vannak rokonai? Erről miért nem beszélt eddig?

— Csak ez az egy van... az öcsém... a Péter...

— És ezt miért tagadta el? Miért tűnt el csak úgy? Arra nem gondolt, hogy ezzel milyen galibát okozhat az otthonnak? Már mindenütt keresi a rendőrség!

Az öregasszony hallgatott, akár a szófogadatlan, csínyen kapott gyerek, aki jól tudja, hogy most jön majd ezért a büntetés.

— És maga? — fordult Mizserhez az igazgatónő. — Miért nem jelentette?

— Nem tudtam, hogy engedély nélkül jött el... De majd legközelebb bejelentjük...

Az öregasszony Mizserre pillantott, de a kőműves elfordította a tekintetét, mert hirtelen furcsa szorítást érzett a torkában, ami kis köhögésre ingerelte. Gyorsan kifelé indult, de valami megtorpantotta az ajtó előtt. A táskájából elővette a szvettert, amit első indulatában nem tett a karácsonyfa alá.

— Eszti néném — nyújtotta oda az öregasszonynak —, ezt meg.. majd itt felejtette nálam... Aztán vegye fel, ha hideg van. Érti? Jo meleg, gyapjúból készült...

Tóth Máthé Miklós

Hegy a heggyel nem találkozik, de ember emberrel igen

Gyermekkoromban többször találkoztam ezzel a szólásmondással, de nem értettem. Egyszer aztán, amikor nyiladozni kezdett az értelmem, magam jöttem rá a jelentésére.

Az új futball-labda

Akkoriban kezdett tért hódítani nálunk is a futball. No, rúgtuk is, amikor csak tehettük a rongyból, rossz harisnyaszárakból készített labdát, s arról álmodoztunk, hogy ha egyszer sok pénzünk lesz, veszünk egy igazi focit. De már az is nagy örömet jelentett, ha Pál Jancsika — az állomásfőnök fia, akinek nagy gumilabdája volt — bevett a csapatba.

Engem sokszor kihagyott, mert meg mertem mondani neki, hogy önző, irigy, mindig csak azt akarja, hogy ő rúgjon gólt, hogy csak neki passzolják le a labdát, holott a tanító úr már sokszor megmondta: a pályán a tizenegy embernek össze kell játszani, együttesen kell győzedelmeskedni az ellenfél felett.

Egyszer — a játékból való kirekesztés miatt — sírva mentem haza, s nálunk volt éppen a városon lakó keresztapám. Kérdezte: ki bántott? Elhüppögtem neki a bánatom, s ő azzal vigasztalt, hogy ha legközelebb jön, hoz nekem egy igazi futball-labdát. És én már rohantam is vissza a játszótérre, hogy mindenkinek tudtára adjam e nagy újságot.

Persze kinevettek. Senki sem hitte el, hogy nekem egy igazi futball-labdám lesz. Annál nagyobb volt azámulat, amikor az eset után úgy két hétre megjelentem a vadonatúj bőr lasztival. Úgy szorongattam magamhoz, mint a pogányok elől menekülő pap az oltári szentséget, s bizony, beleestem én is abba az irigységbe, amiben Pál Jancsika volt, s ha más érintette a labdát, úgy éreztem, mintha a saját testembe rúgtak volna. Talán mondanom sem kell, hogy most Pál Jancsika ült — a játékból kirekesztve — a gyepen. Ugyan kit érdekelt az ő horpadt gumilabdája, amikor ott volt egy olyan igazi foci, amilyet Pesten a nagyok: Sárosi, Zsengellér meg a többiek rúgtak. Végül is azért magamba szálltam, és bevettem a csapatba Jancsit is, de megmondtam neki, hogy hegy heggyel nem találkozik, de ember emberrel igen. Hát, ezután ehhez tartsa magát...

Régi sérelem

Szemtanúja voltam a múlt nyáron a lóversenypályán egy nem mindennapi incidensnek. Sokadmagammal nézegettük, gusztáltuk a futam előtt felvezetett pacikat. Amikor a zsokék nyeregbe ültek, s elrugtattak a starthoz, egy alacsony, karikalábú idősebb ember átbújt a korláton, és felkapott a gyepről egy lógombócot.

Bolond ez? — figyelt fel a jelenetre nagy vihogással néhány ember, de aztán rohant mindenki a pénztárhoz, hogy a kinézett lovára felrakja a pénzét. Engem elsősorban nem is a nyerési vágy vonz ki a pályára időnként, hanem az, hogy gyönyörködjek a szép versenylovakban, és tanulmányozzam az embereket. Mert itt aztán jobban kitakaróznak, mint otthon, a zárt ajtók mögött.

Íme, ez az ember is — akit már csak én figyeltem —, miért nyúlt le a lótrágyáért? És miért szorongatja a kezében?

A fogadás most őt sem érdekelte. Annál inkább egy görnyedt hátú öregúr, akihez — miután ellépett a pénztártól és éppen cigarettára gyújtott — hozzálépett a karikalábú, s a kezében szorongatott lógombócot az arcába vágta.

— Most már kvittek vagyunk zászlós úr! — hörögte magán kívül a karikalábú, s mire elódaloghatott volna, már embergyűrű vette körül, majd jöttek a rendőrök is.

— Én pontosan láttam mindent — ajánlkoztam tanúként a rendőröknél, csak azért, hogy megtudjam e cselekedet indítékát.

Hát megtudtam!

A karikalábú együtt szolgált negyven évvel ezelőtt a nyíregyházi huszároknál a lóganéjjal bemocskolt emberrel. Elmondta, hogy Kulcsár zászlós úr brutalitásában odáig ment, hogy istállóviziteknél, ha egy lógombócot talált az almon, azt a szolgálatot teljesítő katona szájával vetette fel. (?!)

Így tett a karikalábúval is, akivel négy évtized után hozta össze a sors.

Nem tudom, volt-e az eset után tárgyalás, és ha volt, hogyan ítélt a bíróság, de én ott egyértelműen a karikalábú, a hajdani, emberségében porig alázott huszár mellé álltam.

Édesanyám jószomszédsága

Sokszor nemtetszésként ingatom a fejem, hogy a 84 esztendős édesanyám olyan szolgálatokat tesz a szomszédoknak, amit tőle már senki sem várhat el, hiszen örülni kell annak is, ha kis háza körül elvégzi a napi teendőket.

Az elmúlt nyáron is — ahogy hazalátogattam — keresem a kertben, a szomszédoknál, sehol. Pedig mondják, hogy nem mehetett messzire a háztól, mert akkor be szokta riglizni a kaput. Talán egy óránál is tovább hűsülök az egyik fa alatt, amikor egyszer csak látom a kerítésen át, hogy a szomszédék háza ereszе alá hajít le a hátáról egy nagy batyut. Aztán, hogy ő is észrevesz, olyan oldalgósan lépked haza, mint akit valami csínytevésen kaptak.

— Ez meg mire jó? — korholom szeliden, mert nyilvánvaló, hogy a szomszédék kukoricásából cipekedett be valamit. — Muszáj ezt csinálni édesanyámnak?

— Muszáj fiam! — mondja határozottan, majd így folytatja: — Olyan száraz volt már az az apró szemű paszuj, mint a bors. Jöhet egy zápor, és mind kicsépeli a hüvelyből a szemet a földre. Juliska (a szomszédasszony) már napok óta mondogatja, hogy meghalni sincs ideje. Tönkre fog menni az a sok szép bab a kukoricásban.

— Aztán miért magának mondogatja? Miért nem a férjének, vagy a kisasszony lányának?

— Ejnye már édes fiam! — csóválja a fejét anyám, — hiszen tudod, hogy a Gyula is mennyire elfoglalt ember, ha meg szabadnapos, rohan a szőlőbe, mert azt is csinálni kell. Azt a kislányt meg ne bántsd, hiszen éjjel-nappal tanul. Most még hétvégeken sem jön haza, mert államvizsgára készül. De hagyd már... én ráértem, aztán most ott van fedél alatt az a termés...

Mit mondhatok ezután? Meg sok más hasonló esetre? Pedig azt is tudom, hogy a közvetlen szomszéddal nem mindig ilyen nagy a barátság. Volt úgy, hogy az egymás kertjébe átbujt, átrepült jószág miatt csetepaté támadt. De amikor baj van, segíteni kell, elfelejtik a valamikor volt perpatvart.

A legjobb példa erre ugyancsak az anyám esete. A télen egyik nap megcsúszott a lelkem a síkos udvaron, s olyan szerencsétlenül esett, hogy eltört a bokája. Hárman is szaladtak az orvosért, s amikor megérkezett a mentőkocsi, már az egész utca népe ott szorongott az udvarunkon. Vigasztalták és fogadkoztak, hogy mindenben segítik, mellette lesznek.

Amikor a kórházban begipszelték a lábát, hiába marasztalták.

— De hát a fia Pesten lakik! — érvelt az orvos — és senki nem lesz majd maga körül. Mert egy hónapig vagy még tovább sem lesz mozgási lehetősége.

— Jó szomszédaim vannak nekem — mondta büszkén anyám, és ránézett az egyik kislányra, aki otthonról kísérte a mentővel. — Igaz-e, Marika?

Az eset után három napra kaptam a hírt. Kétségbeesve rohantam haza. Mindenre számítottam, csak arra nem, amit találtam. A kályhában lobogott a tűz. Anyám betegágya körül két asszony is trécselt. Úgy hordták neki a finom, főtt ételeket, mint valami betegágyas fiatalasszonynak a komatálakat.

A sublót tetejéről lerámolva a sok findzsa — és egyéb porcelánedény, s helyén egy televíziós készülék trónol.

— Hát ez? — hebegtem egyik ámulatból a másikba esve, s anyám, mintha a nyári paszujgyűjtés korholására most válaszolna igazán, nevetve mesélte, hogy Juliskáék hozták át. Ők úgysincsenek itthon egész nap, este meg, ha van egy csepp időjük tévénézésre, hát átjönnek.

Megáll az eszem, szívem meg pirosodik e nagyszerű emberi kapcsolatok aranyláncolatán. És önkéntelenül is felvetődik bennem a kérdés: mit tettem én ezekért az emberekért, akik most em-

berséggel veszik körül a bajba jutott édesanyám? Hiszen rajtam is segítenek. Aztán megint csak a szólásmondás jutott eszembe, és megnyugodtam.

Ma nekem

— Ma nekem, holnap neked — mondja a Bodrog-parti faluban élő sógorom, aki néhány évvel ezelőtt korántsem vallott ilyen humánus nézetet. Afféle rátarti ember volt: erős, egészséges, sohasem szorult másokra, de ő sem segített senkin. Azt tartotta, hogy akinek ebben a világban nem büdös a munka, az úgy boldogulhat, ahogyan csak akar. Az ötvenes években a még sok bajjal küszködött termelőszövetkezetnek hátat fordított, és az építőiparba ment. Kitanulta a betonszerelő szakmát, de a háztáji pénzforrás lehetőségeit is kihasználva, gyorsan gyarapodott.

Elsőként épített rangos házat a faluban. Mind a két lányának — akiket férjhez adott — lakást vett Miskolcon; a fia meg — aki diplomát szerzett — kocsit kapott. Neki is lehetne autója, de akkor le kellene mondani a saját termésű finom bora élvezetéről, s ebből nem enged. Szabad idejében úgyis csak a szőlőt bújja, meg a pincéjét.

Szóval, a sógor magabiztos, kiegyensúlyozott ember volt, s amikor egyszer felkeresték munkahelyén a vöröskeresztes aktivisták, és arra kérték, álljon be ő is, mint sok más munkatársa, az önkéntes véradók sorába, mereven elzárkózott.

— Sohasem tudhatja — érveltek a vöröskeresztes aktivisták —, nem lesz-e magának vagy hozzátartozóinak is szüksége a gyógyító vérre?

Sógorom olyan magabiztosan mosolygott, mint egy napfényben fürdő sziklaszírt, amibe a villám is hiába csapdos.

Az emberi sors útjai azonban kiszámíthatatlanok. Az elmúlt nyár egyik késő estéjén táviratot hozott nekik a postás. Fiuk karambolozott, és súlyos, életveszélyes állapotban fekszik a miskolci kórházban.

A szülők azonnal öltözködtek, és egy rokon gyerek — akinek kocsija van — még az éjszaka folyamán bevitte őket a városba. Az egyik asszonylányukkal mentek a fiukhoz. Az ügyeletes éjszakás orvos — tekintettel a beteg súlyos helyzetére — megengedte, hogy a szülők megálljanak néhány percre az összeroncsolt, eszméletén kívüli fiatalember ágya mellett, ahol éppen vérátömlesztést végeztek.

Elmenőben kétségbeesetten faggatták az orvost, aki széttárt karokkal kijelentette:

— Nagyon sok vért vesztett a fiuk, de talán még időben sikerül pótolni. Egy-két nap múlva többet tudunk mondani.

— Kérem, én a legnagyobb anyagi áldozatokra is kész vagyok — nyúlt a sógorom a vastagon kibélelt belső zsebéhez, de az orvos tekintete megmerevítette:

— Mire gondol? — villant a tekintete újra az orvosnak —, hiszen a legnagyobb segítség, amit most a fia kap, az önkéntes véradóktól származik.

Az unokaöcsémet végül is — ahogy mondani szokták — a sír széléről rántották vissza az orvosok, az ápolónők, s nem utolsósorban az önkéntes véradók.

A sógoromat meg mintha kicserélték volna. Amikor legközelebb jöttek a vállalathoz vért venni, elsőként tartotta oda ő is a karját...

★

Sorolhatnám az eseteket hosszan, hiszen nincs olyan ember — bármilyen jó egészségben és biztos anyagi körülmények között él is —, aki elmondhatná magáról, hogy neki nincs szüksége a másik embertársa humanitására.

És lám, a másik embertárstól kapott sérelmek, megaláztatások sem évülnek el. Akinek egyszer az emberi méltóságába gázoltak, négy évtized múlva sem felejti el a gázoló arcát. De fordítva is érvényes: akitől jót kapott az ember, az is ott él az emlékezetében, amit adandó alkalommal szeretne viszonozni.

Ámbár, az is lehet, hogy a sors a valamikor két egymással szemben álló vagy jó barátságban lévő embert nem hoz össze. De teljes bizonyossággal ezt soha nem tudhatja senki, mert én is vallom — magamon is éreztem — a népi bölcsességet, hogy teljes bizonyossággal csak hegy heggyel nem találkozhat, de ember emberrel — igen...

Dávid József

Kiszolgáltatva

Ha hirtelen, mint a nyári zápor, felhangzott a röhögés az építkezésen, akkor már mindenki tudta, hogy megint valami jó mókát csináltak az egyik segédmunkással, a gügye Tónival. Különösen Kerekes egy örökké izgága, kötekedő kőműves jár élen a tréfák kiagyalásában, hogy aztán jobbra-balra döljenek az emberek a hahotától.

— Hagyjátok már békén — mondta ilyenkor Kalmár Zsiga, a komoly, tempós járású ember, akinek a kézfogásától még a legerősebbek is felszisszentek és így nem kellett a szomszédba mennie tekintélyért. — Mire jó ez? Elég baja van ennek a szerencsétlennek így is.

De a figyelmeztetés nem igen hatott. A nadrágját — mint annyiszor — ismét csak kitömték Tóninak cementtel, hogy beleizzadt, amíg kikapargatta és azután is úgy nézett ki a pantalló két szára, mint az egymás mellé tett kályhacsövek. Más alkalommal meg a kucsmáját ragasztották össze enyvvel, hogy nem birta a fejére tenni, úgy vitte haza a kezében, mint egy szatyrot.

Tóni megszokta már ezeket a „vicceket", ha lehet ilyesminél egyáltalán megszokásról beszélni, és az is megtörtént, hogy együtt nevetett a többiekkel. Mi egyebet is tehetett volna? Hiszen ha dühöngött, akkor még inkább kiszolgáltatta magát a tréfacsinálóknak. Aztán ha így is, de mégiscsak egy közösségben volt, nem úgy mint otthon, a szoba-konyhás régi házban, ahol az anyja halálával — két éve már annak — végleg egyedül maradt.

— Hej — sóhajtott fel sokszor —, minek hagytál itt mama? Vittél volna inkább magaddal!

Amikor csak tehette nem tartózkodott otthon. Alkalmi munkát vállalt, favágást, szénhordást, a lakótelepi nagy bérházak lépcsőinek a felmosását, mikor mi adódott. Nem is annyira a pénzért, hanem mert addig sem maradt egyedül. Emberek vették körül, nézelődhetett. És az idegenek békén hagyták, nem csúfolták a nagy feje miatt, ami úgy mutatott csökött kis testén, mintha csak kölcsönözné valakitől és amit sokszor szeretett volna a kabátja alá dugni a bámész tekintetek elől.

Egyik alkalommal nem pénzt kapott a favágásért, hanem egy szép, fiatal kakast. Hazavitte, de egész úton azon töprengett: mit csináljon ezzel a jószággal? Soha sem vágott le még egy csirkét sem, arról már nem is szólva, hogy ha le is vágná, nem tudná megfőzni. Nem értett ő az ilyesmihez. Amióta egyedül élt, főtt ételt csak akkor evett, ha valahol megkínálták.

— Mi legyen hát veled? — kérdezte a kakastól. — Téged is csak bajnak kaptalak én, hallod-e!

A kakas nézte Tónit, olyan értelmesen, hogy az öreglegény zavarba jött tőle. Nem közönséges kakas ez, furcsa, különös a tekintete, úgy néz rá, akár egy ember. Még talán az is lehet, hogy beszélni tud. Vagy ha nem — gondolt egy nagyot —, ő bizony megtanítja. És aztán fellépnek együtt a cirkuszban. Tóni és az ő kakasa! Hogy irigykednek majd Kerekesék, ha még a plakátokra is rá lesznek pingálva!

Olyan jó kedve támadt, hogy hangosan énekelni kezdett. Valami régi slágert, ami eszébe jutott. Aztán keresett egy jó erős spárgát és a kakast odakötözte az asztal lábához. Kukoricát szórt elébe és vizet adott neki egy üres konzervdobozban.

Ettől a naptól kezdve csak az a vágy hajtotta, hogy a kakast megtanítsa beszélni. Nemcsak a szereplésért — bár az is változatlanul ott lebegett a szeme előtt —, de főleg azért, hogy valakivel ő is szót válthasson. Aki egyenlő vele, aki meghallgatja és aki nem úz örökösen csúfot belőle.

Zuzunak nevezte el a kakast és először is arra törekedett, hogy a nevét megtanulja. Órákon keresztül guggolt előtte és ismételgette neki, hogy: Zuzu. Hetek, hónapok teltek el így, a kakas időközben szépen kifejlődött, ékes, színes tollazata ragyogott, ha sétálni indultak. Mert naponta kimentek a közeli parkba, rendszerint hajnalban, amikor kevesebben láthatták. De így is gyorsan elterjedt a környéken, hogy van egy nagy fejű, mókás kis ember, aki madzagon vonszol maga után egy kakast és beszélget hozzá. Aztán az emberek megszokták a látványt.

Hamarosan megtudták ezt a munkatársak is.

— Igaz, hogy van egy kakasod, Tóni? — kérdezte Kerekes.

— Van bizony...! De az nem közönséges kakas.

— Nem? Hát milyen?

— Olyan, amelyik beszél.

— Beszél? Aztán, mit? — firtatta tovább Kerekes.

— Mindenfélét — mondta Tóni—, még azt is, hogy maga Kerekes, nem rendes ember.

— Na, na csinján a szóval, te!

— Kérdezte, hogy mit beszél, én csak feleltem. És még azt is mondta, hogyha találkozna magával, hát kicsipné a szemét.

— Ezt is mondta? A kakas?

— Az, a kakas, a Zuzu. Elbámul majd, ha fellépünk a cirkuszban és ott fogja ezeket kikiabálni. Mert ő nem hagy ám engem, ő nem, ő az én pártomon van.

Az újabb röhögéstől nem tudta folytatni, de nem is akarta már. Bántotta, hogy hazudni kényszerült, mert bizony a Zuzu még egy árva szót sem tud kimondani.

És otthon ismét csak lekuporodott Zuzu elé és beszélt neki mindenről, ami az eszébe jutott. A kakas figyelt, bizony így látta Tóni és még azt is, hogy a csőrével tátog, mintha mondani akarna valamit.

Aznap éjszaka a cirkuszról álmodott. Gyerekkorában látott egyszer ilyesmit és az tűnt különösnek, hogy álmában is gyerekként szaladt be a porondra, nyomában Zuzuval. A kakas fején kicsike cilinder, a szárnya alatt sétapálca és fura, mély torokhangon kántálta a közönségnek: „Figyelem! Figyelem! Itt látható, ami még nem volt! Tóni és az ő kakasa!"

Néhány nap múlva, ebédszünetben, Kerekes lépett oda hozzá. Barátságosan hátba verte, ránevetett:

— Hallod-e Tóni, ma ne siess haza meló után. Ma van a születésnapom, úgy illik, hogy ezt megünnepeljük. Elmegyünk a Kis piszkosba, lehajtunk néhány fröccsöt, utána meg jó vacsorával vár otthon az asszony.

Tóni elbámult, de örült is. Kerekes még sose hívta meg őt. Lám, máris kezd egy kis tekintélye lenni, pedig hol van még az a cirkusz!

Délután boldogan ment inni a többiekkel. Jól érezte magát. Kerekes gavallér módra fizetett mindenkinek, sőt még el is ment a Kis Piszkosból — így nevezték a kocsmát — és hozott valahonnan egy demizson termelői bort.

— De ezt már csak nálam isszuk meg — mondta —, otthon folytatjuk a mulatozást!

Kerekesék egy tízemeletes bérház ötödik emeletén laktak. Tóni megilletődötten nézegetett körül, hiszen nem is olyan régen, még ezt a házat is ők építették, az elsők között a lakótelepen.

— Fáin illatokat érzek — szimatolt Kerekes, ahogy kiléptek a liftből —, olyan vacsorát kaptok, hogy utána megnyalhatjátok mind a tíz ujjatokat.

Tóni nehéznek érezte a fejét, sose ivott még ennyit, de most mégis boldog volt, elégedett. Nem olyan rossz ember ez a Kerekes, ha sokszor ugratja is őt, azért nem nézi le, a társának tekinti.

Éjfél körül szedelőzködtek, Tóni hálálkodva búcsúzott, még meg is ölelték egymást Kerekessel. Nem haragudott most azért sem, hogy valaki összekötözte a kabátujját, amit csak sokára vett észre, amikor már hatodszor dugta bele a kezét. Együtt nevetett ezen a többiekkel.

Enyhe nyári éjszaka volt, fütyörészve ballagott haza, de ahogy közeledett a házhoz kedvetlenné vált, lelkifurdalást érzett. Még sose hagyta ilyen sokáig egyedül a kakast.

— Zuzu, Zuzukám — nyitotta az ajtót, kattintotta a villanyt, — ne haragudj már rám, de az embernek néha szórakozni is kell... Aztán most úgy alakult, hogy elcsaltak a cimborák... Hol vagy? Hová bujtál?

A szobában csend volt. Nem mocorgott — mint szokott — a kakas, nem kukorékolt, nem repkedett feléje. Az asztal körül a szétszórt kukorica, a konzervdobozban a víz és a spárga, aminek a végén nem volt már semmi.

Tóni csak állt, bámult és lassan megértett mindent. Zuzut ették meg Kerekeséknél, az volt ott pörköltnek feltálalva.

Másnap nem ment dolgozni. Kószált a városban és a madzagot húzta maga után. Néha tűnődve elmosolyodott, olyankor úgy érezte, hogy Zuzu is ott lépked mögötte. És mintha meg is szólalna most, azon a különös, mély torokhangon, ahogy megálmodta: „Ne búsulj Tóni, hiszen egy kakas sohasem tanul meg beszélni. Bizony kedves gazdám, egy tudatlan, buta kakas ebben is különbözik az ésszel megáldott emberektől és különbözik még sok mindenben..."

Azt mondják, hogy amikor Kalmár Zsiga megtudta az esetet, egyetlen ökölcsapással ütötte le Kerekest. És talán agyon is veri, ha nem szedik ki a keze közül.

Tóth-Máthé Miklós

Az elködült messzeségben...

[Tisztelet az embernek]

A legtisztább forrást is betakarhatja idővel a moha. Ilyenkor ajánlatos szétbontani az ágakat a víz fölött, hogy az üdítő cseppek közül, ha egyet-kettőt is, de továbbvihessenek a tengerig. Mint ahogy az óceánok is kiszáradnának a beléjük futó patakok nélkül, az embereknek is kell az emlékezés, az összehasonlítás keserűsége. Néha jól esik visszatekinteni a sűrűsödő időbe, s hallgatni történeteiket, hiszen sajátos költőiessége van sorsuknak; minden körülmény között méltóságteljes nyugalommal, térdig földben, övig munkában, égig gondolatban élték a helytállás nagy kalandját. A hatodik-, hetedik X-en túllévő „morzsányi vallomásait" is érdemes megírni, mert az évtizedek monotonságában, a csontra feszülő, izzadtság marta ráncokban számtalan követésre méltó tett, vitathatatlan érdem rejtőzik, amit egyetlen szóban talán így fogalmazhatnánk: tisztesség!

Szálegyenesen

„Jöttek a fanyar gyászban
némán és egyre többen . . ."

(Garai Gábor)

Szeme kékjét könnyfátyol homályosítja el, halkan szipog. Leszorított, hátul kontyba csavart haját évtizedek sikálták fehérre, s a rávetődő villanyfény ezüstösen csillog fején. Izület-gyötörte, szikár kezével zavartan babrálja pápaszemét, bár anélkül alig lát, nem akarja feltenni, mivel gyorsan bepárásodna, ahogy a kis ládikából kiemelt fotókat nézegeti. A gyorsan múló pillanatot örökítő képeken egy nagy család élete és a hozzá fűzött néhány szavas kommentálásokból saját sorsa bontakozik elő: 18 évesen már anya, nincs még negyven, amikor „nagyi", s a hatvanat sem töltötte be, amikor „dédi"-nek szólítják, túllépve a 83. esztendőn pedig megszületett az ükunoka. Összesen hét gyereket nevelt fel — tíznek adott életet — és a legutóbbi karácsonyon négy fia, tizenöt unoka, kilenc dédunoka és a kicsi ükunoka tartotta puszira arcát a fenyőfa alatt.

A kényelmes — de szikár testéhez képest hatalmas — fotelban hátradől, tarkóját a támlához támasztja és mesél. Néha képeket mutat, s feltűnik, hogy némelyik fotón körbe van karikázva egy-egy fej.

— Romlik az emlékezetem, így jelölöm azokat, akik eltávoztak mellőlem mindorökre. Ezek a szüleim — mutatja — ez pedig a három fiam. Kettő a háborúban esett el, ez itt, az ellenforradalom alatt. A rádióban volt szolgálatban, amikor megtámadták őket a bitangok. Gyűlölöm a háborút, a fegyvereket, mert férjek, apák, fiúk vére hull, s ezt a férfivirtust mindig a nők szenvedik meg. Ez az uram — bök egy nagy bajuszú emberre —, öt gránát csapta agyon negyvennégyben, amikor kiment, hogy vizet hozzon valahonnét. Korán lettem özvegy, idő előtt. Szörnyű érzés volt társ nélkül maradni, vén fejjel nem is reménykedhettem abban, hogy találok valakit a papa helyett, hiszen a nálam sokkal fiatalabbaknak is küzdeni kellett azért, legyen kinek a kezét megfogniuk. Sok ezer férj, vőlegény esett el a fronton. Őszintén szólva, kezdetben nagy megnyugvást jelentett, hogy esténként és ébredés után nincs mellettem senki, de később, mind jobban hiányzott a házsártoskodása, a reggelenkénti harákolás, no meg a morgás: „Mama, tedd ezt, hozzál azt..." Szerencsére a gyerekek nagyobbacskák voltak, a maguk lábán álltak, pihenésre azért mégsem gondolhattam. Hol az egyik unokámra vigyáztam, hol a másikra: közben dolgoztam, miután élnem is kellett valamiből, hiszen semmi nyugdíjat nem kaptam, pontosabban a tata után valami édeskeveset. Hetvenöt múltam, hogy végleg kikértem a munkakönyvem, ezután hol az egyik, hol a másik dédunokámmal foglalkoztam, mert egy asszony életének igazán — mondjanak is bármi mást — a gyereknevelés ad igazi értelmet.

A sínek országútján

„Mennyi korom és pernye hullt rátok egy hosszú életen át..."

(Kassák Lajos)

A vonat másodosztályú fülkéjében egymásra tapadtan ülnek az utasok. Az állóhelyek emberfürtjeinek lehelő gőzében melegedik az este. Munkások utaznak fáradt hallgatásban. A műszak után, amikor a ziháló gépek elhalkulnak és szavukat már nem bőgi át a szerelőcsarnok harsogása — vajon miért nem beszélgetnek? Velem szemben öregember bóbiskol. Ráncos arcán forradásos sebhely. Bajuszos, zárt szája nyelésre, légzésre nem mozdul. Bozontos szemöldöke alatt taktusra pislog a szeme, s kíváncsiság, figyelem nélkül nyitódik-hunyódik, mint a pihegés fáradt egymásutánja.

— Hazafelé? — kísérlem meg a társalgást.

— Aha! — és most nem pislog.

— Mindennap? — próbálkozom tovább.

— Aha!

— Pesten dolgozik?

— Aha!

— Hol? — s kíváncsian várom a választ, hiszen erre nem mondhatja, hogy „Aha!".

— A fonóban. Már ötven éve. Amióta visszajöttem az első világháborúból. Azóta.

— Fogságban volt?

— Aha! Később pedig vöröskatona.

— Vöröskatona? — kérdezek vissza akaratlanul.

— Aha! Ott legalább enni adtak.

Meghökkenek a rendhagyó indoklástól, soha még ilyen választ nem hallottam a '17-es internacionalistáktól. Az öreg rebbenéstelen tekintettel állja nézésem, majd hirtelen panaszkodni kezd, hogy amikor elérte a hetvenet, végképp nyugdíjazták.

— Én azonban nem tudok tétlenkedni, visszakönyörögtem magam. Nincs otthon senkim, azaz van négy gyerekem, de... és legyint.

— Mi történt velük?

— Semmi, csak megnőttek, elmentek. Az asszony is „odakint" pihen. Egyedül vagyok. Időnként a családom-

ból küld valamelyik csomagot vagy levelet, de csupán ennyi maradt nekem belőlük. Magamra maradtam.

— Szüksége van arra, hogy dolgozzon, anyagilag értem?

— A fenéket. Kapok én szép obsitot a népi államtól, de tudja a szag, a motolláló gépek rengetege, a milliónyi röpdöső pihe, a fonalszag — ismételgeti —, itt készül a pólya, a kendő, a ruha alapanyaga, egyszóval, amibe a gyerek, s felnőtt élete takarózik.

— Mit csinált a bácsi?

— Művezető voltam. Tudja milyen nehéz szolgálat a között a sok, örökké locsogó nő között? Bele lehet őrülni a sivalkodásukba. A koszt, a lyukas zoknik, hogy mennyit ivott el férjük fizetésnapon. Nem irigylem azokat a török urakat, akinek annyi feleségük lehet. Így telt el néhány évtized, most pedig portás vagyok.

— Miért nem pihen, minek utazgat annyit?

— Ez ad nekem erőt, a munka meg a szivar. Úgy vagyok vele, mint a szögedi pásztor: ha nem esik jól a dolog és a dohány, az a vég. Vonaton egy óra az út haláig, közben nézelődök, pihengetek, mint a többiek.

A kupéban fiatal lányok aludtak egymásnak dőlve, a férfiak keze moccanás nélkül tétlenkedett térdükön, erős fejük sem billent meg. Szemük valahová a távolba meredt minden szándék nélkül. Ők nem figyelik az állomásokat, az évszakonként változó tájat. Álomtalan ébredéssel botorkálnak a kijárat felé, s a szájukba olcsó cigaretta.

— Az a baj, hogy nem a lényeget látja! — riaszt fel meditálásomból az öreg. — Ne a fáradt arcokat vizitálja, azok mindenfelé egyformák. Húsz évvel ezelőtt az asszonyok szatyra nem volt ennyi finomsággal megtömve, no és ma már a férfiak ruhája sem agyonhordott, izzadt, szakadt gönc. Mostanában adnak az öltözetre, mert tehetik. Én sem érzem jól magam, ha hét közben is legalább kétszer nem borotválkozom és nem veszek fel tiszta inget.

Elmosolyodok az öreg hiúságán. Hallgatnám még, de le kell szállnom. A sínek országútján elmaradtam és az elködült messzeségben nagyot sípolt a munkásvonat.

Napnyugta

„Ki ragozza el magyarul az időt?
A szótövek, félmondatok ideje jő!"

(Bella István)

Esőverte, szélfútta, fagycserzette, időbarázdálta arcán mostanában fehér a borosta. Hetenként csak egyszer kapartatja le, minek többször. Amikor rászánja magát, felül a negyvenéves biciklijére — még legénykorában vette —, elkarikázik a borbélyhoz, utána a boltba és bevásárol. Kenyér, kolbász, tej a macskáknak. Komótosan tapossa a pedált. Hej, pedig előtte milyen konok gyorsasággal tekerte 20—30 kilométereket naponta, akár fujt, akár esett. De elmúltak a gürcöléssel teli évek, a gyerekek felnőttek — elmentek. Mire nyugdíjas lett, egyedül maradt, s csak nagyritkán jönnek látogatók. Olyankor persze boldog, végigtapogatja tekintetével két fiát és későn született lányát. Aztán ismét a csönd, a szívet szorongató magány.

„Tizenharmadik gyerek vagyok, ráadás a tucatra. Apám a vasútnál dolgozott, szolgálati helyeit gyakran változtatta, bebarangoltuk szinte az egész országot. Az iskolából korán kimaradtam, dolgozni kellett. Napszámba jártam, legénykedtem, későn nősültem. A háborút

karcolás nélkül vészeltem át. Mivel a föld sovány volt, leszerelés után úgy döntöttem, hogy az akkoriban alakuló állami gazdaságban vállalok munkát, ott biztos a kereset. A szakmát gyorsan kitanultam az építőbrigádban, hétvégeken már maszekoltam is. A család nagy lévén, lazításra nem gondolhattam. Először a módosabbak hívtak, később mind többen kértek, menjek csempézni a fürdőszobát. Ezt, meg a mozaiklapozást nagyon szerettem csinálni, szép, precíz feladat. Közben a magamét is építgettem lassanként, ahogy tellett. A gyerekek is sokba kerültek, de iskoláztatni akartam valamennyit. Igaz, idejekorán rászoktattam őket a dologra is, mert én kétlem, hogy a fizikai munka ártana a fejlődésnek. Módjával, az erejéhez mérten biztosan nem. Így nevelt engem is az apám. Amúgy nincs az életemben semmi érdekes, csöndesen sorjáznak az évek. Telenként pihenek, olvasgatok, a könyveket mindig szerettem, de csak ami az igazat írja. A hazugságot megvetem. Amikor olyasmit böngészek ki a sorok közül, amiről tudván tudom, hogy másként történt, szeretnék rápirítani arra, aki írta. Erőm teljében mentem nyugdíjba, ezért a simítókanalat nem tettem le végleg. Ha hívnak, most is megyek, pedig közelebb vagyok a hetvenhez, mint a hatvanhoz. Inkább dolgozom, mint a falat nézzem, bár szeretem a csöndet, de a tétlenségtől ideges leszek. Tartalmat kell adni az életnek, és azt nekem a ténykedés jelenti".

Lehet-e „érdekeseket" írni azokról, akik egész életükben „csak" dolgoztak? Nehezen! Ám a szürkeség ragyogása néha mindennél szebb, hiszen ezeknek az embereknek a sorsa örök figyelmeztető arra: munkán kívül az életben se örömbe, se bánatba nem menekülhetünk sokáig, s legyenek a körülmények bármilyen nehezek, nem szabad leszállni a történelem zakatoló gyorsvonatáról.

„Csak ne volnék ilyen egyedül. A régi cimborák egyre-másra nyergelik a Szent Mihály lovát. Hiába, no. Hetven felé, hazafelé... és mégis, ha szokatlan időben kondul a harang, összeszorul a szívem, előveszem a szekrényből a sötét ruhám, és kiballagok elkísérni. Mondták már, költözzem el innét, közelébb a gyerekekhez, de ebben a faluban ettem meg a kenyerem javát, ide köt minden emlék. Akárhová nézek, szinte mindegyik házban ott a kezem munkája. Talán jobb lenne másutt, de a gyökerek... Beteg soha nem voltam, mostanában is csupán az izületeim kínoznak időváltozáskor, így a strapát sem bírom annyira, csoda? Benne vagyok a korban. Szenvedélyem nincs. Legénykoromban sokat kártyáztam, kugliztam, de az sok pénzbe került. Később a család miatt nem engedhettem meg magamnak ezt a passziót. Dohányozni sose akartam, zavart a füstje. A jó bort viszont behörpintem. Ritkán álmodom, akkor is visszafelé. Az emlékeim kergetik egymást. Az ébredés csöndje fojtogató. Amíg dolgozom, nincs baj, de amikor hazaérek és csak a macskák várnak... Néha jön levél, üdvözlőlap... A kisebbik fiam küldi, járja a földkerekséget. Kamionos. Ha itthon tartózkodik, meglátogat. A család ritkán jön össze; disznótor, névnap... A maguk útját járják tehetségük szerint. Hogy így képzeltem-e el az életemet? Nem egészen, de mások lettek a szokások. Legtöbb szülő egyedül marad vénségére. A gyerek azonban nem takarék, hogy alkalomadtán visszavegyem tőle a belefektetett gondoskodást, aggódást, szeretetet. Jólesnek már a kamatok is. Nekik is sok a problémájuk, bajuk, jönnek, amikor idejük engedi. Nekem ez az ünnep, utána ismét a hétköznapok sorjáznak."

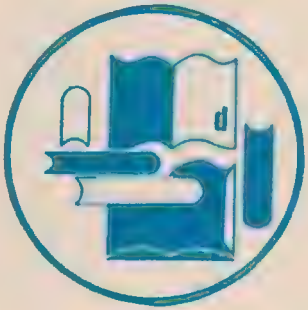
A lebetonozott udvart nyári zápor söpri tisztára. Kiáll az ajtóba szivárványt nézni, köszönget az arra menőknek, szomszédok lépnek át néhány szóra. Autó fékez a kapu előtt, látogatók érkeznek. Körbeülik az asztalt, beszélgetnek, énekelnek. A házigazda kedvenc nótáját fújják: „Deres már a határ..." Látni rajta, hogy boldog. Perces örömök, de legalább erőt ad ez a mai vidámság, a tegnapi magány, holnapi elviseléséhez, mert az idő múlik és a társaság napnyugta előtt szedelőzködik. „Vigyázzatok magatokra útközben és gyertek mihamarébb..." — búcsúzik, letörölve szeme sarkából a könnyet, titokban, ne lássa senki...

Hajnal László Gábor

Magánépíttetők figyelem!

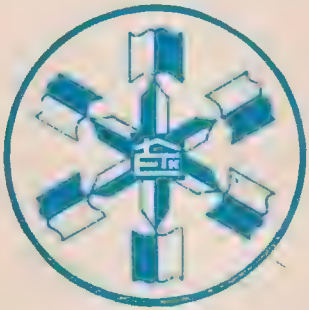
Az Építésügyi Tájékoztatási Központ kiadásában megjelentek az Építési 1×1 sorozat átdolgozott füzetei.

A füzetek ismertetik a munkához szükséges anyagokat, szerszámokat, a munkakezdés feltételeit, a szakmunkásoknak kiadott munkák átvételét, elszámolását. Részletes leírást adnak a gyakoribb hibákról, elkerülésük módjairól. Építési költségek, a munkák végzésének időjárástól való függése, munkavédelmi előírások, valamint a karbantartás és felújítás kérdésének tárgyalása teszi a magánépíttetőknek nélkülözhetetlenné a füzeteket.



A füzetek címe:

1. **Építéselőkészítés, telek, kerítés**
2. **Földmunkák, alapozás, víz, vízszigetelés**
3. **Falszerkezetek**
4. **Beton- és vasbetonmunka**
5. **Vakolások és homlokzatképzések**
6. **Ácsmunkák és állványozó munkák**
7. **Bádogosmunkák és tetőfedések**
8. **Burkolómunkák**
9. **Festő-, mázoló- és tapétázómunkák**
10. **Asztalos-, lakatos- és üvegesmunkák**
11. **Épületgépészeti munkák: (víz-, csatorna-, gáz-, fűtés- és villanyszerelő)**
12. **Otthonberendezés saját erőből (belsőépítészet)**



Az Építési 1×1 sorozat megvásárolható az Építésügyi Tájékoztatási központ Terjesztési Osztályán Budapest, VII. ker., Rumbach S. u. 15/a, valamint a Területi Információs Irodáknál Győrben, Pécsett, Kaposvárott, Miskolcon, Debrecenben és Szegeden.

Fáradtolaj begyűjtés az ÁFOR-nál

(1980-tól felemelt ár)

Az ÁFOR a múlt év során sikeres akciót szervezett a fáradtolaj fokozott begyűjtésére. Az akció idején sok olajfelhasználóval sikerült megértetni a fáradtolaj begyűjtés szükségességét. Az ÁFOR újból szeretné ráirányítani a közvélemény figyelmét a környezetet erősen szennyező, a talaj- és rétegvizeket elárasztó fáradtolaj pusztító hatására.

Népgazdaságunk évente kb. 130 000 tonna kenőolajat használ fel. E hatalmas mennyiség tekintélyes része a felhasználás után visszamarad és így eredeti rendeltetésének már nem felel meg, ám összegyűjtve ismét feldolgozásra kerülhet vagy energetikai célokra felhasználható.

Az ÁFOR 1980-tól felemelt áron kg-onként 2,20 Ft-ért vásárolja meg a fáradtolajat.

A közületeknél keletkező nagyobb mennyiségű fáradtolajat hordós tételekben az alábbi helyeken vásárolja meg:

A Közép-magyarországi Központ területén:

Budapest, XXI., Csepel Bázistelep

Az Észak-dunántúli Központ területén:

Dunaújváros,	Sümeg,	Székesfehérvár,
Győr,	Csorna,	Tata,
Szombathely,	Pét,	

A Dunántúli Központ területén:

Mecsekalja,	Barcs,	Kaposvár,	Marcali,
Bonyhád,	Tolna-Mőzs,	Simontornya,	Nagykanizsa,
Zalaegerszeg.			

A Tiszántúli Központ területén:

Szajol,	Kalocsa,	Kecskemét,	Kunhegyes,
Békéscsaba,	Kistelek,	Orosháza,	Szeghalom,
Szentes,	Szarvas,	Algyő,	
Bácsalmás,	Csongrád,	Baja.	

Az Észak-magyarországi központ területén:

Miskolc,	Nyíregyháza,	Ebes,	Füzesabony,
Salgótarján,	Mátészalka,	Nyírbátor,	
Szerencs,	Putnok,	Polgár.	

Az 1000 liternél nagyobb mennyiségű fáradtolajat az ÁFOR saját tankautójával elszállítja. Ilyen esetben a fáradtolaj tárolóhelyet úgy kell kialakítani, hogy az tankautóval megközelíthető és kiszivatható legyen. A nagyobb mennyiségű fáradtolajkészleteket a bejelentések alapján az ÁFOR nyilvántartásba veszi és a vállalatokat előzetesen értesíti, hogy a szállító gépjármű mikor érkezik telephelyükre. A bejelentéseket az alábbi címen vagy telefonszámon várják:

Pest megye és Budapest területéről:
ÁFOR Közép-magyarországi Központja
Budapest, XXI., Csepel, Petróleumkikötő.
Telefon: 334-918, 479-578 és 336-740/390 mellék

Fejér, Veszprém, Komárom és Győr-Sopron megye területéről:
ÁFOR bázistelep, Székesfehérvár, Farkasvermi út.
Telefon: 126-31 és 126-32/106 mellék

Somogy és Zala megye területéről:
ÁFOR Kirendeltség Kaposvár
Telefon: 124-95

Baranya és Vas megye területéről:
ÁFOR Bázistelep Mecsekalja-Cserkut
Telefon: 13-911, 13-189

Tolna megye területéről:
ÁFOR Kirendeltség Tolna
Telefon: 147

Bács-Kiskun megye területéről:
ÁFOR Kirendeltség Kecskemét
Telefon: 12-633

Csongrád megye területéről:
ÁFOR Kirendeltség Algyő
Telefon: 106-55/457 mellék

Szolnok megye területéről:
ÁFOR Bázistelep Szajol
Telefon: 123-92

Békés megye területéről:
ÁFOR Kirendeltség Békéscsaba
Telefon: 121-20

Heves megye területéről:
ÁFOR Elosztótelep, Füzesabony
Telefon: 146

Borsod-Abaúj-Zemplén megye területéről:
ÁFOR Kirendeltség Miskolc
Telefon: 18-235

Nógrád megye területéről:
ÁFOR Kirendeltség Salgótarján
Telefon: 12-293

Szabolcs-Szatmár megye területéről:
ÁFOR Kirendeltség Nyíregyháza
Telefon: 10-514

Hajdú-Bihar megye területéről:
ÁFOR Elosztótelep, Ebes
Telefon: 12-291

Az ÁFOR kis tételekért is fizet!

Azok az autótulajdonosok, akik saját maguk végzik gépkocsijukban az olajcserét, a leengedett fáradtolajat az ÁFOR bármelyik töltőállomásánál eladhatják.

Az ÁFOR kéri valamennyi fogyasztóját, hogy a fáradtolajat adják el, mert így nagy mennyiségű energia takarítható meg és környezetünk védelmét szolgálják.

Egész
évben
hasznos
útitárs

a nagyméretű hőtár
és a Szafári hőpalack

A 2,5, 4 és 6 literes hőtárakban pépes, vagy darabos ételek hosszú ideig a kívánt hőfokon tarthatók. Kiránduláson, hétvégi házban azonnal tálalható a kész étel a hőtárból.
Nagyon praktikusak a vállra akasztható Szafári hőpalackok.
Négy méretben, hatféle színben kaphatók.

AMFORA–ÜVÉRT

„Lakástörténelem" az ókortól a XX. századig

Az atrium körül az ókori Rómában

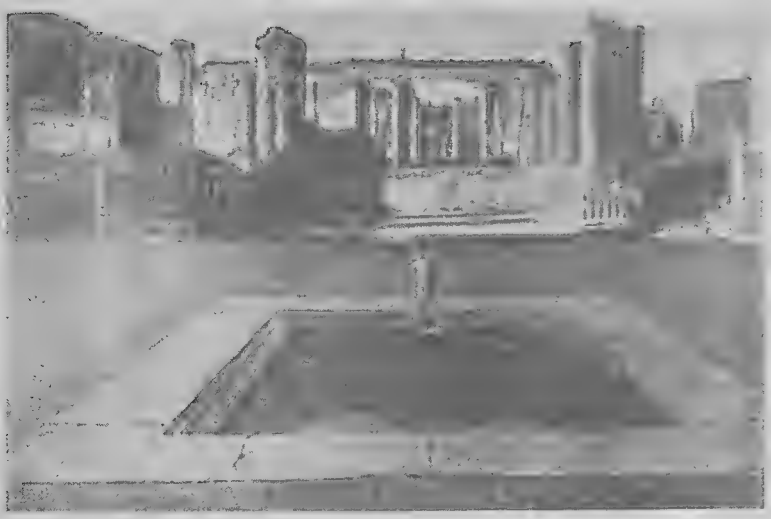
Az ókor embere a természetes életforma híve volt. Lakóhelye és berendezési tárgyai általában a célszerűséget, az emberközelséget tükrözik. Egy-egy ókori szobabelsőben csak a legszükségesebb tárgyak kaptak helyet; a szobában az ember és nem a tárgyak voltak a fontosak.

Az ókori lakáskultúrára a legtöbb adatot a pompeji ásatások szolgáltatták, ahol a római várost eltemető vulkáni hamu az élet egyetlen adott pillanatát konzerválta számunkra.

Az ókori házak utcai frontjai általában zártak voltak, ablakokkal nem vagy csak nagyon kevéssé tagolták, s mivel az ablaküveg akkor nagyon drága volt, a meglévő nyílások inkább lőréshez hasonlítottak. A házakat befelé nyitották, az atirumos házrendszer — melyet a modern lakóházépítésnél is felhasználnak újabban — ősi itáliai eredetű.

Az atrium eredeti formájában egy négyszög alakú terület, melyet befelé részlegesen, lejtős védőtető fedett. Középső része azonban szabadon maradt, innen kapta az udvar a világítást, itt távozott el a ház tűzhely füstje és az itt becsurgó esővizet a nyílás alatt lévő medencében gyűjtötték össze. Az atriumból nyílottak a lakó- és gazdasági helyiségek; vidéki házaknál az istállók és szerszámoskamrák is. Az atriumban álló háziistenségek oltáránál mutatta be a család mindennapi áldozatát; a ház ura itt fogadta a vendégeit; a ház asszonya itt üldögélt nőcselédeivel, végezte a házimunkát. Sokáig a főzés, sőt az étkezés is itt folyt. Csupán alvásra vonult visszа mindenki szűk kis hálófülkéjébe. Amikor Róma megismerkedett a magas színvonalú hellén kultúrával, régi füstös atriumát szegényesnek kezdte érezni. Ezért változás történt a ház elrendezésében; az atrium egyik falát áttörve, verandát hoztak létre, majd ennek meghosszabbításaként szökőkúttal, virágokkal, oszlopcsarnokokkal ellátott belső kertet, a peristyliumot, mely a

Utcarészlet Pompejből



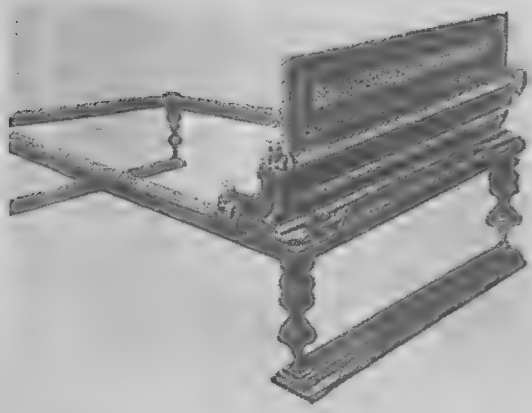
Ősi atrium maradványa a Faunus házból

ház lakóinak legkedveltebb tartózkodási helyévé vált.

Kevés volt a bútorzat. Ismerték az ágyat, amelyet alvásra, de ülőbútorként pihenésre, étkezésre, szellemi időtöltésre egyaránt használtak. Az ágy fejrészénél magas oromzat emelkedett, ez a lábrésznél gyakran hiányzott. Az ágyak fából készültek, és matracokat, párnákat, takarókat tettek rá. Gazdagabb emberek bronz- és ezüstveretekkel, elefántcsont berakásokkal díszítették ágyaikat. A párnákat gyapjúhulladékkal, később libatollal töltötték meg. Az ágyak mérete általában 2×1 m-es volt, magassága 50—70 cm között változott. Szekrényt ritkán használtak, ruháikat ládákban tartották, de azért maradtak ránk edény- és toalettszerek tárolására alkalmas bronzveretekkel díszített, a maihoz hasonló formájú szekrények is. Asztalaik között gyakran 3 lábú és néha szabályozható magasságú darabokat találunk, amelyek fából vagy bronzból készültek. Az ősi atriumokban kőasztal állott.

A rómaiak világítóeszközei a különféle kézi agyagmécsesektől a művészi megmunkálású kandelláberekig, vagy a már szobrászati alkotásoknak nevezhető darabokig nagyon sok változatban maradtak ránk.

Az előzőekben ismertetett egyszerű berendezési tárgyak mellett a mainál lényegesen nagyobb szerep jutott a lakás egyéb díszítő elemeinek. Az oldalfalakat és a mennyezetet geometrikus vagy figurális freskókkal díszítették, dombormű stukkopárkányokkal tagolták, a padlót művészi ízlésű mozaikokkal rakták ki, a szobákban az udvarokban és a kertekben bronz- és márványszobrokat helyeztek el. Ez a művészi igény a lakásberendezésben olyannyira általános volt, hogy még távoli tartományokban, így a mi Pannoniánkban is, megtaláljuk ezeket a felbecsülhetetlen értékű alkotásokat.



Római ágy

Dr. Pető Mária

A középkori lakás

A középkorból három jellemző lakástípust ismer a történelem: a várurakét, a városi polgárokét és a parasztokét.

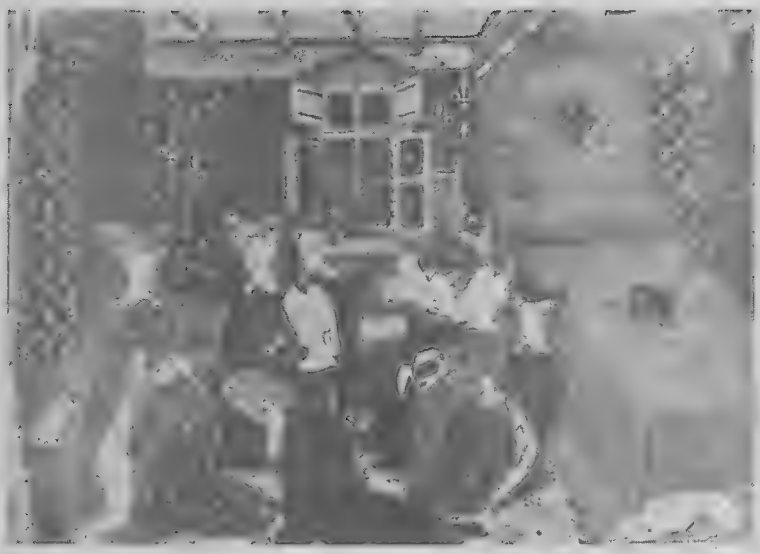
A legegyszerűbb középkori vár viszonylag kicsi, 2—300 négyzetméteres térség, amelyet árok és földsánc vesz körül. A sáncon belüli épületeket föld-fa építésű palánk, majd téglából-kőből épült egyszerű kőfal (később tornyok) oltalmazzák. A fő lakóépület, a palota mellett általában nagyméretű torony, olykor lakótorony áll, melynek legfölső emeletén az őrség tanyáz, a középső emeletek egyikén pedig a várúr és családja él. Az egyszerűbb várak nagytermei maximum 20—30 négyzetméteresek, kandalló fűti, ablakaik résszerűek. Állandó félhomály, télen-nyáron hűvös van. A várúr karosszékén, a nagy asztalon és a székeken kívül csak egy-két ácsolt láda alkotja a bútorzatot. A hálószobák is barátságtalanok. A kemény fekhelyeket állatbőrök takarják. A falakat festés, az előkelőbbeknél freskók díszítik. A várúr, a lovag, ha teheti, a szabadban vadászik, kóborol, utazik, hadakozik. Az asszony él otthon.

A századok folyamán azonban a várak egyre lakályosabbakká válnak. A XIV. században a királyi palotákban megjelennek a kályhák, melyek egy évszázad alatt elterjednek. A várfalon belül széles, díszes ablakokat vágnak a palotákra, az épületeket kert övezi. Tágassá, viszonylag világossá válnak a szobák, melyek ablakát most már marhahólyag helyett, előkelő körökben, üveg borítja. A bútorok száma is szaporodik. Megjelennek a szekrények különféle fajtái, a mai szekrények ősei, a pompás ágyak, a különféle ülőbútorok.

A várak nyomában épültek a kastélyok, ahol már a lakályosság a fő szempont: a védhetőség, a katonai jelleg inkább csak dísz, jelkép. Talán a leglátványosabbak a Loire völgyének pompás francia várkastélyai. Hazánkban — a török—magyar harcok miatt — Európához viszonyítva két évszázadot késik ennek a típusnak elterjedése.

A középkori városok a korszak első századaiban, római elődeikhez hasonlítva, nyomorúságos települések. A XIV—XV. században viszont már pompás igazi nagyvárosok hálózata épül ki Európában. A városi házak nagyrészt emeletesek, nem ritka a többemeletes sem. A földszinten kapnak helyet a boltok, a műhelyek, a raktárak; az emeleteken a lakóhelyiségek. A házakhoz — nemcsak bortermelő helyen — általában terjedelmes pincék is tartoznak. A polgári ház zárt világ. Szobáját deszka- vagy cseréppadló borítja, melyet szőnyegek fednek: a falakat festés, faliszőnyegek díszítik. A XIV. században már ólomkeretbe fogott kis kerek üveglapocskák alkotják az ablakokat. Gazdagabb házaknál a gerendamennyezet szépen díszített. A bútorok a fal mentén helyezked-

Előkelő polgári szoba, kandalló előtt olvasó nővel (Szt. Borbálát ábrázoló olajfestmény 1438-ból)



Királynői lakosztály. Miniatura Christine de Pisan 1420 körül készült könyvéből. A szerző átnyújtja művét Isabeu királynénak

nek el, kezdetben ládák, ládaszerű szekrények, majd szépen faragott, festett, különféle szekrények, pohárszékek, padok, asztalok, díszes székek, a hálószobában mennyezetes ágy. A reneszánsz időszak gazdag patricius családjai többemeletes díszes palotát építenek, pompás fogadóteremmel. A ház bútorai asztalosipari műremekek. A XV. században már a polgári lakásokat is cserépkályha fűti, amely szép kialakítású csempéivel szobadísz is. Világításra faggyút használnak, és viaszgyertyát.

A paraszti élet, a paraszti otthon egykori jellegzetességei a mai ember számára idegenek. Néhány évtizede még a magyar faluban is ezrével álltak olyan házak, melyek jellegükben középkori hangulatot árasztottak. A nád- vagy zsúpfedél alatt alacsony vályog-, vagy vert fal húzódott, pici ablakokkal, alacsony ajtóval. A mennyezetet gerendák tartották, örökös félhomályban voltak, mert az eresz szinte minden napsugarat kirekesztett. Napnyugtakor nem mécs, hanem petróleumlámpa gyúlt ki ott, ahol nem volt villany. Az is középkori szokás, hogy a lakás központja a konyha, az az élet színtere. A kemencét a konyhában fűtötték, s a szobába átnyúlva azt is melegítette. A konyha mellett nyílt az olykor lomtár jellegű kamra. Nemrégiben még a szabad tűzhely sem számított ritkaságnak. A kürtőben lógott a füstölendő kolbász, a sonka vagy a hús. A füst csípte a benntartózkodók szemét.

Több emeletes polgárház — XVII. századi babaház (német)

Konyha részlete a tűzhellyel, ónedényekkel és a háziasszony figurájával (német babaház)

A gyerekek, öregek a kemence melletti padkára, a sarokba — a kucikba — húzódtak. A középkori parasztházban szegényes a szoba. A fekvőhelyen kívül esetleg egy-két láda volt, ami a család összes „kincsét" tartalmazta. A házak a XI—XIII. században kissé földbe mélyedők. Volt az udvaron is szabadon lévő kemence, amit kenyérsütésre használtak. A háztól külön épült az istálló és a karám az állatok számára. Voltak olyan favázas, talpas épületek, amelyek alá kereket, görgőket lehetett tolni, s házastól odébb vándorolhattak; hol saját jószántukból, hol kényszerítve. A többnyire csak néhány tucat házból álló falu bizony siralmas ellentét volt a hegytetőt koszorúzó büszke várakhoz, s a fallal körülvett városok díszes házaihoz képest.

A paraszt a házában vagy a telkén őrizte minden vagyontárgyát. A XIII. század végéről maradt följegyzések szerint a francia jobbágy vagyontárgyai a következők voltak: almaborsajtoló, mozsár és törő, gabonarosta, vékamérce, dagasztóteknő, gabonászsák, szita, kosár, ágy faváza; a házban, ásó, bárd, villa, sütőrostély, háromlábú főzőállvány, ágynemű és rézedény. Természetesen gazdagabb hagyatékok is akadtak. De még a kis vagyonka és a kunyhónak nevezhető ház is gyakori veszélynek volt kitéve. Átvonuló zsoldoshadak fölgyújthatták. Háborúban egy-egy falu elhamvasztása természetes, mindennapi dolognak számított, békében pedig egymást követték a hatalmaskodások, mikor egyik úr feltüzelte parasztjait, hogy a szomszéd földesúr faluját támadják meg, hajtsák el az állatokat, a mozdítható házakat vonszolják el, vagy tegyék tönkre.

A magyar falvak nyomorúsága jóval meghaladta a középkor utáni időkben a nyugat-európait; konzerválódott egy életforma, aminek gyökerei ma is erősek. Ennek egyik legszembetűnőbb jele az úgynevezett lakókonyha. Az élet színtere sok-sok falusi lakásban ma is a főzőhelyiség, a szoba csak hálóhely vagy tisztaszoba, ahová csak ünnepeken ülnek be, és a vendég számára tartják fönn.

Dr. Csorba Csaba

Fényűző paloták, jómódú polgári otthonok, nyomorúságos munkáslakások

A lakásberendezésben sokáig lényegtelen volt a meghittség, az otthonosság, a kényelem. A várak, a paloták, a kastélyok, a házak és a kunyhók minden egyéb célt inkább szolgáltak az elmúlt századokban, mint az ottlakók kényelmét.

A középkor vastag falú, védelemre berendezett várai után a reneszánsz paloták pompája a tulajdonos gazdagságát és hatalmát tükrözte, akár a barokk kastélyok teremsorai, vagy a rokokó stílusú hangulatos szobák, kecses bútorok.

A XVI. század végéig csak az állandó tartózkodási helyül szolgáló kastély volt berendezve, s ha máshová költöztek — akár a királyi család is — magukkal vitték a bútorzatot.

A XVIII. századi barokk kastélyok viszont már berendezve várták tulajdonosaikat. A falakat mitológiai jeleneteket ábrázoló freskókkal vagy színes selyemtapétával borították. A szép kivitelű ágyak az ívelt lábú asztalok, székek — melyek huzata gyakran különlegesen szépen hímzett vagy szövött anyag volt — szintén inkább szolgálták a szem, mint a test örömét. Kivételt csupán a jómódú holland polgárok házai képeztek, melyeknek kisebb szobái célszerűségükben is az otthonosság légkörét árasztották.

A fényűzően berendezett paloták mellett másutt inkább puritán, kisablakos, sötét, kényelmetlen polgári házakat találunk, s a falvakban a vidéki nemesség főúri eleganciát utánzó udvarházai mellett az iszonyú nyomort.

A XIX. század elején a polgári egyszerűség és célszerűség, egyesülve az elmúlt századok letisztult esztétikai eredményeivel, létrehozta a bidermeier stílust, melynek szép bútoraiban, kellemes szobabelsőiben ma is elgyönyörködünk.

Az embert nyugodt, sima formák, kényelmes bútorok vették körül. A világos szobák, ablakain szalaggal összefogott habosan redőzött áttetsző batisztfüggöny, a falakon szalagcsokros virágfüzéres pasztellszínű tapéták. A falak

Egy énekesnő szalonja — 1888 Friedrich Kraus festménye

mentén nemes fából készült, szép vonalú szekrények, sifonérok és almáriumok — tetejükön befőttel. A tisztára súrolt hajópadlójú fogadó szobában ovális asztal, kényelmes ülőgarnitúra fogadta a kis létszámú, meghitt társaságot.

A század második felében már nosztalgiával vegyes lenézéssel emlegették ezeket a régi, egyszerű szobákat, hangulatokat. A századvég gazdag polgársága külső pompára, mind fényűzőbb berendezésre törekedett, s ennek érdekében ismét feláldozta a kényelmét.

A lakberendezés alapelve a stílszerűség lett. A habos, világosságot áteresztő batisztok helyét sűrű, horgolt vagy filécsipke függönyök foglalták el, sötét színű plüss, vagy atlasz drapériával keretezve. A sötét alapú, sokszor aranynyal mintázott papír vagy selyemtapétás falakon képek egymás felett két három sorban. A mennyezeten gipszrozetta, középen gazdagon megmunkált csillár, a sarkokban konzolok, rajtuk klasz-

XVII. századi polgári lakás, Abraham Bosse miniatürje

szikus szobrok, vázák, virágtartók, műpálma. A különböző neogót, neobarokk neorokokó stb. stílusú bútorok között szeszélyes mintázatú virágos paravánok „japáni styl"-ben. A vitrinekben nippek, porcelánok, üvegpoharak. A díszes dombormüves, rosszul fűtő kályhák előtt hímzett ellenzők, zománcfestésű szeneskanna. A falon, a parkettán, az ajtók nyílásában felakasztva perzsaszőnyeg, a férfiszobában medvebőr. Sok párna mindenütt, köztük a nyolcvanas években felfedezett „kalotaszegi".

A zsúfoltságot fokozta a rengeteg dísztárgy: lombfűrészelt vagy festett díszű dobozok, papundekliből, kagylókkal, tükrökkel, gyöngyökkel ékített varrókészletek, s más „praktikus használati tárgyak", amelyek mind a háziasszony ügyes kezét dicsérték. Külsejük sikeresen álcázta rendeltetésüket. A kézimunkakosár lehetőleg söröskriglit, a hőmérőtartó cipőt, a persely vagy kefetartó gótikus kegytárgyat formázott.

A jómódú polgári lakás általában 5—7 szobából állt. Egy fiatal középosztálybeli házaspárnak legkevesebb három szobára volt szüksége, így az is előfordult, hogy míg a jobban kereső iparos szobakonyhás lakásban élt, a kisebb keresetéből küszködő hivatalnok három szobában koplalt, hogy a megkívánt szintet tartani tudja. A divatlapok rendszeresen tanácsokkal látták el az ifjú házasokat, hogyan rendezkedjenek be. A lakások rossz alaprajzairól huzatos, felesleges hosszúságú folyosóiról nem szóltak, mint ahogy arról sem, hogy a reprezentatív helyiségek mellől a múlt század végéig, de vidéken még sokkal tovább, nemcsak a fürdőszoba, de a lakáshoz tartozó külön W. C. is hiányzott!

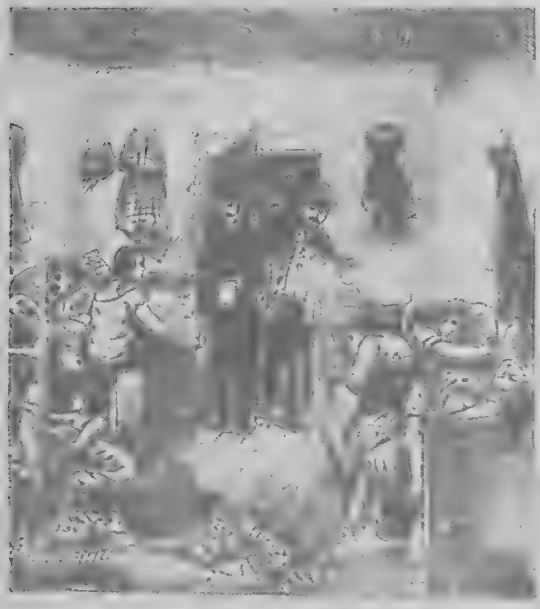
A legnagyobb, legvilágosabb szoba magától értetődően a szalon volt. Erre a célra leginkább az amúgy is átfűthetetlen sarokszobát rendezték be. A szalon bútorai — a vendégfogadás ritka alkalmaitól eltekintve — huzattal bevonva ásítoztak a hidegben. A sok dísztárggyal, aprósággal zsúfolt szobában azonban a háziasszony és az agyongyötört cseléd tartózkodott a takarítás ideje alatt.

Ritka esetben egy hasonlóan berendezett nappali tartozott a lakáshoz, ennek hiányában a család legtöbbször az ablaktalan ebédlőben töltötte idejét, melynek egyenes támlájú, legtöbbször gótikus stílusú székei minden kényelmet nélkülöztek. A családfő a szalon melletti — szintén utcai — dolgozószobájába vonult vissza, melynek fő dísze az óriási íróasztal, a drága írókészlettel, mappával. A falak mentén dekoratíven elhelyezett könyvespolc könyvekkel, szobrokkal. Az északi, udvari front nagyobbik helyisége a hálószoba, s legkisebb, legsötétebb lyuk a gyermekszoba, a szalonból, ebédlőből kiszuperált bútorokkal berendezve. Itt volt a dada vagy a nevelőnő ágya is. A cseléd a kényelmetlen, kopott berendezésű konyhába kapott egy összecsukható ágyat, vagy a konyha mellett egy kis zugot. Ha inast

Kispolgári szobabelső, XX. század eleje

is alkalmaztak, az övé volt az előszobában elhelyezett lehajtható ágy. Nála kényelmesebben helyezkedtek el a bejelentésre váró vendégek párnás padokon vagy karosszékekben. Háromszobás lakás esetén lemondtak a férfi és a gyerekszobáról is, de a szalon és az ebédlő a középosztályhoz tartozás elengedhetetlen jelképe maradt.

A munkások egy, esetleg két szoba konyhás „kényelme" már egészen más volt. A jobbmódúak igyekeztek a polgári berendezések olcsó utánzását beszerezni. A család szűkös jövedelmét legtöbbször azonban albérlőkkel, ágyrajárókkal egészítették ki. A lakás berendezése egy-két rozzant ágyból, földrehányt matracokból, szalmazsákból, esetleg rongyokból állt csupán. S akinek még ez sem jutott — a vidékről felkerülő napszámosok, vándorló munkanélküliek — embertelen körülmények között, tömegszállásokon húzták meg magukat, nélkülözve a legelemibb higiéniai lehetőségeket is.



Razzia a tömegszálláson. Kis Újság 1901.

A sötét drapériák, műpálmák és csecsebecsék divatja ellen a szecesszió, majd a huszas évek konstruktív irányzata harcot hirdetett, világosságot, egészséges lakást, célszerű elrendezést, simavonalú, kényelmes bútorokat követelve. Terveik, elképzeléseik a XX. századi lakberendezés alapelvei lettek: nem a reprezentáció, de a szép és kényelmes otthon megteremtése a fontos. Bár lassan több, mint hatvan éve megfogalmaztuk ezeket az embert szolgáló elveket, még mindig nem állíthatjuk biztosan, hogy meg is valósultak.

F. Dózsa Katalin

A vendéglátás és konyhaművészet

A római korban

Egy társadalom, egy nép mindennapi életét aligha lehet szemléletesebben bemutatni, mint ha étkezési szokásait, konyhaművészetét, vendéglátási szokásait vesszük közelebbről szemügyre.

A vendéglátás mai formáihoz hasonló intézmények aránylag későn, csak a római birodalom idején alakultak ki, ezért korábban az uralkodók palotái és a magánházak gazdáinak jótékony vendégbarátsága volt az egyetlen lehetőség, amelyre a távoli tájakra utazó számíthatott. A vendég személyének tiszteletét, sérthetetlenségét nagyon komolyan vették, hiszen a vendég Homeros szerint is Zeusz oltalma alatt állott.

A vendégbarátság kétoldalú kapcsolat, egymásra utaltságuk kölcsönös volt, a vendég házigazdája jóindulatában bízott, s a gazda pedig utasa jövőbeni vendégszeretetében reménykedett. A vendégbarátságot még nemzedékek múltán is számontartották, s a legnagyobb gyalázatnak számított, ha valaki ezzel visszaélt. Nem lebecsülendő a vendéglátás hírközlő szerepe sem a korai időkben: a messziről jött ember meséjét a háziak mindig szívesen hallgatták.

Étkezés a kereveten

Étel-ital árusítás, sörházak és kocsmák az ókori birodalmakban és a városállamokban is voltak. Szükség is volt rájuk, nemcsupán az utazók és a kereskedők, hanem az akkori szokás szerint oly gyakori ünnepségekre összeverődött tömeg ellátása érdekében is.

A mai értelemben vett szállodaszerű vendéglátás kialakulását a római birodalom megnövekedett igényei, a közigazgatás és a tartományok közti kereskedelem, a birodalmi úthálózat megépítése is egyenesen hozta magával. Termé-

Tengerészkocsma Ostiából

szetesen a hivatalos utazások mellett a magáncélú látogatások is egyre gyakoribbá váltak, a mai értelemben vett turizmus is ebben az időszakban tette meg első lépéseit. Az óriásivá duzzadt és minden megnyilvánulásban megszervezett birodalom életében az utazások feltételeinek megteremtésére fokozott gondot fordítottak.

A rómaiaknál már a korai időktől kezdve kialakult étkezési szokások voltak. A római polgár reggelire (ientaculum) kenyeret, olajbogyót, sajtot fogyasztott, esetleg mézes bort ivott hozzá; az iskolába igyekvő gyerek tápláló kását, vagy zsíros kenyeret kapott, délben ismét többnyire kását vagy főzelékféléket fogyasztottak.

Főétkezés a délutáni órákban az estebéd volt, mely gyakran az éjszakába is belenyúló lakmározásba csapott át. Az étkezéseket a nyári vagy a téli ebédlőben (triclinium) rendezték meg. A rómaiak fa vagy kő kerevetre, bal könyökükre dőlve, félig heverő helyzetben helyezkedtek el az alacsony, négyszögletes, vagy kerek asztal körül. A heverők három oldaláról fogták körül az asztalt, a negyedik oldal a tálalás és a közlekedés miatt szabadon maradt. Az ágyakat puha takarókkal fedték, díszpárnákkal tették kényelmesebbé és szebbé. A régi időkben a rómaiak ülve étkeztek, de ez az ősi szokás görög hatásra kiszorult, később már csak az asszonyok és a gyerekek ültek az étkezésnél.

A pompeji lakóházak ebédlői átlagban 4x6 m-es alapterületűek voltak. A nyári ebédlők a hűvös, keleti oldalon, a téliek a nyugati oldalon helyezkedtek el.

Különleges vendéglátási forma, melyet mi magyarul kutyalakomájának nevezethetnénk — Cellius szerint a ceninum prandium, mely azt jelentette, hogy józan lakoma, ahol nem isznak, mert a kutya sem kívánja a bort.

Ifj. Plinius egyik levelében érdekes vendéglátást ír le, mely a vendég fokozott megbecsülésére hívja fel a figyelmet. Egyszer ebédre volt hivatalos, ahol mást kaptak a háziak és mást a vendégek, de ők sem egyformán, ő erre saját

Ezüst asztali készlet (falfestmény)

Pompejből származó ábrázolás, kenyérárusítás

példájára hivatkozva a következőket jegyzi meg:

„Minden vendégemnek ugyanazt adom, hiszen ebédre és nem rangsorolásra hívtam meg őket, s egyazon asztalhoz és kerevetre meghívottakat minden másban is egyenlőnek tekintem. A szabadosokat is? Azokat is. Hiszen ilyenkor vendégeim és nem szabadosaim."

„... Mérsékeljük csak falánkságunkat és egyáltalán nem lesz kellemetlen megosztani a többiekkel, amit mi eszünk."

A vendégek asztalkörüli elhelyezkedését szigorú etikettszabályok írták elő. A középső ágy jobb széle volt a díszhely, mellette jobbról a házigazda heveredett le. Az egyik pompeji ház ebédlőjének falain versbe foglalt intelmek figyelmeztették a vendégeket és a felszolgálókat a helyes viselkedés módjára: *„Hej fiú, mosd meg a lábadat és szárazra törülgesd, szalvétákat is addj, ámde azokra vigyázz!"*

A figyelmeztetés nem volt véletlen, Catallus és Martialis költők is emlegetnek olyan vendégeket, akik távozáskor maguknál felejtették az asztalkendőket.

Pompejből való más, megszívlelendő intelem: *„Más feleségére ne tekintsél vágyakozóan. Hagyd a bizalmaskodást, légy szerény, udvarias!"*

„Asztaltársadhoz nyájas légy, hagyd a civódást, ha nehezedre esik, jobb, ha mindjárt hazamégy!

Az asztali készletek, tálak, tányérok fából, égetett agyagból vagy bronzból, a gazdagabbaknál nemesfémből készültek. Az egyik legszebb római kori asztali készlet az ún. boscorealei kincs (i. I. század), mely Pompej mellett került elő, a korban divatos sztoikus filozófia szellemében készült ábrázolásokkal van díszítve. Evőeszközöket nem igen használtak abban a korban, többnyire kézzel ettek, de azért ismerték a kanalat és a kést is. A lakomán kialakult sorrendje

volt az ételek felszolgálásának, a tojástól az almáig: ezen belül minden a házigazda fantáziájától s erszényétől függött.

Petronius Satyricon című művének egyik részletét mutatjuk be, mely az ételsor felsorolásának, a római császárkor lakomáinak hiteles megörökítése:

„— De mégis — mondta Trimalchio —, mit kaptatok ebédre?

— Megpróbálom elősorolni — felelte Haninnas — ha tudom, mert olyan pompás memoriám van, hogy gyakran még a nevemet is elfelejtem. Az első fogás egy serleggel megkoronázott disznó volt, körülötte véreshurka és remekül elkészített aprólék, és természetesen cékla és korpakenyér... következő tálon hideg torta volt és hozzá mézzel kevert hispániai forralt bor, ... Köretnek volt még borsó és bab, mogyoró tetszés szerinti mennyiségben s mindegyikünknek egy-egy alma... Utóételként medveszeleteket kaptunk... Befejezésül büdössajtot kaptunk, azonkívül égetett bort, fejenként egy-egy osztrigát, aztán pacalpörköltet, majd sült májat tálcákra szeletelve, töltött tojást, retket, mustárt... Aztán egy medencében pácolt olajbogyót is körbekínáltak...”

(Horváth István Károly fordítása)

Az istenek itala

Az ételek mellé vízzel hígított, fűszerezett, gyakran melegített borokat szolgáltak fel hatalmas keverőedényekben, ebből mérték bronz kanalakkal kupákba, kelyhekbe, üvegpoharakba az istenek italát.” Melyből az első kortyot — a földre kiöntve — az isteneknek illett áldozni. A lakomák a római császárság korában nem egyszer féktelen orgiákká fajultak. A lakoma külsőségeire is sokat adtak, az étkező vendégeket táncosok, zenészek szórakoztatták, virágkoszorúval övezték fejüket, a termet virágfüzérekkel díszítették, finom, keleti illatszerek füstje keveredett a kandellaberek égett olajszagával. A gazdag rómaiak egymással versengve, egymást túllicitálva igyekeztek minél költségesebb, fényűzőbb lakomát rendezni, ezért sok római polgárt nem is közéleti tevékenysége, hanem esztelen pazarlása tett halhatatlanná.

Ha a szegény ember nem jutott be valamelyik gazdag házba, s ingyen vacsora kilátása nem biztatta, elment valamelyik kocsmába vagy lacikonyhára, ahol aránylag kevés pénzért kedvére leihatta magát, s néhány meleg falattal enyhíthette éhét. Kocsma igen sok volt Rómában, de a kisebb városokban is.

Vendégfogadó Pannóniában

A pannóniai vendéglátás intézményei, épületei közül az Aquincum polgárváros déli kapuja előtt 1946-ban feltárt vendégfogadót említhetjük meg. Ez az épület két bejárattal rendelkezett. Hosszúkás, trapéz alakú udvara lehetett: az egykori kocsibeálló, a déli oldalon, a bejárathoz közel helyezkedett el. A kétosztatú helyiségben az ivó, mögötte pedig a szállóvendégek kisméretű szobái kaptak helyet.

A belső pannóniai utak mellett több helyen tártak fel olyan kisebb méretű útiállomásokat, melyek fogatváltó, pihenő, szállóhelyek, posta vagy vámállomások voltak. Hazánk földje távolesett Rómától, s noha a birodalom fővárosának életmódját az itteni uralkodó réteg másolni igyekezett, a római kori Pannónia konyhaművészete és a tálalóeszközei sokkal egyszerűbbek voltak, sokat megőriztek a rómaiak előtti hagyományokból. Az előkelők díszes asztali edényei nemesfémből vagy bronzból készültek, az egyszerűbb emberek konyhaedényei égetett agyagból voltak, a helyi fazekas mesterek termékeiként kerülnek napvilágra igen nagy számban minden római kori ásatáson. Természetesen az ókorban is meglévő fa, hánccs vagy éppenséggel tökedények az idővel dacolni nem tudtak; meglétüket csak irodalmi utalásokból, a szerencsés földrajzi körülmények között lévő déli tartományok így pl. Egyiptom anyagából ismerjük.

Az ételek előkészítéséhez kő- és famozsarakat, kettős csonkakúp alakú őrlőköveket, dörzstálakat (fűszerfélék szétdörzsölésére), vaskéseket, a főzéshez kerámia fazekakat, gyakran lábasedényeket, serpenyőket, fedőket, szűrőket használtak. A tálalás sekély vagy mély tálban történt, melyeket üveg vagy kerámia korsók, poharak, bögrék egészítettek ki.

Főzés szabad tűzhelyen

A főzés általában szabad tűzhelyen folyt, ez nagyjából kör vagy ovális alakú, lesározott, kerámia töredékekkel, pelyvával elkevert, égetett, több rétegű őskori jellegű alkalmatosság volt, s

Római kori edények Budapest területéről (Molnár Ilona felvételei)

a legtöbb római kori lakóház belsejéből előkerült ilyen. Ismertek ennél jobban megépített tűzhelyet is már a római kort megelőző időkből. Ennek legszebb emléke a Gellérthegyen előkerült hordozható kis agyagtűzhely, mely az itt élő őslakos kelták magas színvonalú kultúrájának tanúsága. A tűzhely lábazaton állt, alsó részében tüzeltek, felette átlyuggatott agyagrostélyon lévő edényekben készült az étel. Ismerték a római korban itt élő népek a boltozatos falú kemencét is, de ezt jobbára kenyérsütésre használták. Ilyen félköríves metszetű, agyagból tapasztott kemencesort tártak fel az aquincumi légiótábor övezetéhez tartozó óbudai Laktanya utcában, melyet az ásatást vezető régész tábori kenyérsütő műhelynek határozott meg. Sütöttek nagy méretű égetett agyag fedő alatt is, melyekből szintén gyakran kerülnek elő a feltárások során.

Gyümölcsmagvak a múmiasírban

Az ásatásokból származó növényi maradványok és állatcsontok leletei alapján tudjuk, hogy az itt élő népek ismerték a különféle gabonafajtákat, búzát, rozsot, árpát, zabot, zöldségféléket, gyümölcsöket. Az aquincumi múmiasír mellékleteként került elő dió, kajszibarack-, meggymag, egy másik óbudai lelőhelyen pedig feketebodza- és szőlőmagvak maradványait hozta felszínre az ásó. Sok adatunk van a pannóniai szőlőtermesztésre, borkészítésre: kertiszerszámok, prések, hordók, amphorák, pincék, sőt korabeli írásos feljegyzések is maradtak. Étkezési célra tartottak — a csontanyag tanúsága szerint — szarvasmarhát, sertést, juhot, kecskét, baromfit. A csontmaradványok rágási nyomokkal, feltörve kerültek elő, bizonyítván, hogy a nagy tápértékű velőt is szívesen fogyasztották. Gazdag volt a Duna halban. A sok horog, szigony, hálónehezék-lelet arra mutat, hogy a rómaiak asztalán a hal is jelentős étel volt. A római hódítás eredményeként új növényi és állatfajok terjedtek el a Duna-vidékén, sőt ínyencfalatok megjelenéséről is van tudomásunk. A római ízlésnek nem felelt meg az itt termő, gyengébb minőségű bor, ezért Itáliából hoztak be hordókban és amphorákban, lepecsételve, a déli nap érlelte édes italt, de szállítottak ide finom olívaolajat is széles szájú doliumokban, és különféle közelebbről meg nem nevezett tengeri árut, talán kagylót. A legújabb kutatások szerint osztrigát, különféle halakat vagy halmártásokat, a forrásadat szerint már az i. e. I. sz-ban is.

Az őrléstechnika kezdetlegessége és az ókori kenyérkészítés szokásai következtében a kásaféléknek az étkezésben a mainál nagyobb szerep jutott. A gabonát egymáson forgó kő között őrölték vagy mozsarakban törték meg. Kenyerük élesztő nélküli, keletlen tésztából készült, s a sírkövek ábrázolásai szerint kis, lapos császárzsemle alakú cipókat sütöttek belőle. A tartományunkban huzamosabb ideig itt élő, s ezért a helyi lakosság szokásait kiválóan ismerő Cassium Dio helytartó feljegyzései szerint (akinek székhelye Aquincumban volt) az itteni lakosság elsősorban kölest fogyasztott, bizonyára kása formájában, és sok sört ittak. A déli népeknél ma. is közkedvelt lepénynek sütése ezen a tájékon is elterjedt. Különféle ábrázolásokkal díszített kerámia lepénysütő formák tanúsítják ezt.

Dr. Pető Mária

A középkori konyha

A középkor emberének táplálkozási szokásai — és lehetőségei — lényegesen különböztek a maiaktól. Olyan, ma népélelmezési cikkeknek számító növények, mint a rizs, a burgonya vagy a kukorica még ismeretlenek voltak. Utóbbiakat Amerika felfedezése óta termesztették Európában, de csak megismerésük után egy-másfél évszázaddal kezdték egyiket-másikat fogyasztani. A burgonya sokáig csupán kerti dísznövény volt, amelyet virágjáért becsültek. A kakao is amerikai növény. Az édesítésre a mézet használták. Hosszú az út, amíg a későbbi nádcukrot fölváltotta a répacukor. A fűszerek közül a paprika és vanília is amerikai származású. A mai háziasszony konyhájában ma már természetszerűen meglévő, hétköznapinak számító fűszerek — mint a bors — a középkorban különlegességnek számítottak. Az óceánon túlról érkező fűszerszállítmányok minden grammja aranyat ért.

Böjt és bőség

A királyi udvar, a nemesség és a tehetősebb polgárság étkezésére a bőséges — mai fogalmak szerint túlságosan is bőséges — táplálkozás a jellemző. A világiak mögött nem maradtak el az egyháziak sem. A negyven napos böjt és különböző egyéb megszorítások dacára nem ritka a kövér pap vagy szerzetes, mint egykori ábrázolások és leírások igazolják.

A fényűzést és tobzódást — városon — olykor a hatóság megsokallta, s nemcsak az öltözködést és az ékszerviseletet, hanem az étkezést is szabályozta. Firenzében 1330-ban elrendelték, hogy egy étkezésnél háromnál több ételt ne tálaljanak föl, s lakodalomnál se legyen több húsz terítéknél; új lovagok avatásakor három fogásnál s száz terítéknél több ne legyen.

Az étel elkészítése nemesi, papi, kolostori, előkelő polgári házaknál a szakács dolga. Comenius a XVII. században a következőképpen mutatja be a szakács munkáját: *„Előhozza az ételes kamrából (éléskamrából) a konyhasáfár az étel nyersanyagait. A szakács a szárnyasokat megmelleszti (kopasztja), s belüket kiveszi, a halakat pikkelyüktől megtisztítja, fölhasítja. Némely húsdarabokat szalonnával megspékel. Vasfazékban főz a tűzhelyen. A habot a bárló (szűrő) kanállal leszedi. A fűszert a mozsárban megtöri és a megfőzött ételre hinti. Van amit nyáron, rostélyon, három lábon álló serpenyőben rántott..."*

Szakácsnő a tűzhely előtt, öntudatos, büszke tartással. Pieter Aertsen festménye 1559-ből

Századokon át a középkori Európa fő étele a leves, amibe minden főzhetőt beledobtak, s a tűz fölé függesztett üstben főzték. A legkorábbi konyhai útmutató, ami ránk maradt, a XIV. századi Párizsból származik. A XV—XVI. században aztán egymás után jelennek meg a szakácskönyvek, receptgyűjtemények. A reneszánszban újra az ókorit megközelítő szintre emelkedik a konyhaművészet.

Tálalás főúri asztalnál (német metszet)

Sárgítsd sáfránnyal

Íme néhány részlet a XIV. századi szakácskönyvből: „Ha böjti fánkot akarsz készíteni, végy diót, törd össze mozsárban, végy almákat, éppen annyit, vágd kockákra, tedd hozzá, keverd el fűszerekkel, aminők csak vannak, töltsd meg ezzel a fánkokat, vesd egy lábasba és süsd meg.

Fűszeres levecske: Őrölj köményt, és ánizst borssal, ecettel és mézzel, sárgítsd meg sáfránnyal, tégy hozzá mustárt. Ebbe a lében tálalhatsz petrezselymes disznóhúst vagy répát, vagy amit akarsz.

Egy fogás csukából: Végy egy friss csukát, húzd le a bőrét, egészben főzd meg, vedd ki a gerincét, végy fűszert, törd össze a hallal, tegyél hozzá nyers tojásokat, sáfrányt, töltsd meg a csuka bőrét, süsd egy kis ideig és tálald fel."

Néhány recept, egy XVI. század végi magyar szakácskönyvből: *„Fojtott pöcsönye (pecsenye) — Süsd meg a pöcsönyét és mikor félig megsült volna, vond le az nyársról és tedd egy fazékban, öntsön tehen húslevest reá, mess hagymát is belé, fenyő magot is, borsot is, aztán hogy ezeket megszörzöd, född be födővel, hogy az szaga ki ne mönjön és igyen fözdögéljed.*

Körtvély torta: Hámozd meg a körtvélyüket (körtéket) és metéld két-két felé, rántsd meg vajban, aztán csináld meg az tésztáját és rakd bele tengeri szőlőt (mazsola) reá és tikmonyat (tojás), nádmézet (nádcukor) de az tikmony előtt hintsd meg az nádmézet rea, azután aztán az tikmonyat, vajat, borsot és fahéjat, aztán csináld be az födelet."

A középkori ember hajnalban kelt. Éppen ezért délelőtt 10 órakor volt az első étkezés, az ebéd, a vacsora pedig este 6 órakor. A XVII. század végén Magyarországon az ebéd 12 (déli) órára tevődött, a vacsora pedig este 7 órára.

Mértéktelen evés-ivás. Részlet Hieronymus Bosch „A hét főbűn" c. képéről (torkosságot ábrázoló jelenet)

Pieter Brueghel „Falusi lakodalom" c. képének részlete

Az étkezés menetéről Mátyás király itáliai életrajzírója, Galeottó Marzió a következőket jegyezte föl: *„Szokásuk a magyaroknak, hogy négyszögletű asztalok mellé ülnek le enni... és minden ételt mártásban tálalnak. A mártások váltakoznak az ételek szerint. A fiatal liba, kacsa, a kappan, fácán, fogoly, seregély... a borjú-, bárány-, gödölye-, disznó és vaddisznóhús meg mindenféle hal a maga külön mártásában úszik és fűszereződik."*

A mártással kapcsolatban jegyezte föl Mátyás király egy mondását is, ami szerint három dolog nem kívánatos: a fölmelegített mártás, a kiengesztelődött barát, és a szakállas feleség. Az asztali rendtartásról a következőket írta: *„Az is szokás, hogy valamennyien egy tálból esznek... és senki sem használ villát, mikor a falatot fölemeli, vagy a húsba beleharap... Mindenki előtt van valami kenyérféle, a közös tálból kiveszi, amit kíván és falatokra vágva ujjaival teszi a szájába... csak a legnagyobb nehézséggel védheti meg az ember kezét és ruháját a szennyeződéstől, mert a lecsöpögő sáfrányos lé néha az egész embert bemocskolja. Ugyanis igen nagy mértékben használnak sáfrányt, szekfű-*

szeget, fahéjat, borsot, gyömbért meg más fűszereket..."

Lám, a derék olasznak már akkor feltűnt, mennyire fűszeres a magyar konyha! Mátyás az étkezés során is kivált a többiekből: „*Noha mindenhez a kezével nyúlt, soha nem szennyezte be magát, bármennyire elmerült a beszélgetésben. Pénteken a magyaroknál kötelező a böjt*", — azt is fontosnak tartotta Galeottó följegyezni, s ezzel kapcsolatban azt, mennyire gazdag finom húsú halakban Magyarország, hiszen böjtös napokon halat ettek. Ezért volt gyakori a kolostorok mellett — ahol nagyobb folyó nem volt — a halastó. Mátyás királynak a csukával, pontosabban a májával kapcsolatban sajátos felfogása volt. Gyermekkorában megutálta ezt a pompás falatot, mert — ha hihetünk Galeottónak — egyszer a jelenlétében egy csuka máján két ember annyira összeveszett (hogy melyikük egye meg), hogy kölcsönösen — halálosan — összeszurkálták egymást. Ez a jelenet annyira elborzasztotta a gyermek Mátyást, hogy azóta tartózkodott a csuka májától.

Szegények kosztja

A középkorban, a terméshozamok a mainál összehasonlíthatatlanul kisebbek voltak, ezért élelemtartalék a néptömegek részére bizony nem halmozódott fel. Gyakoriak voltak az éhinségek. Az 1332. évi éhinségről egy szerzetes krónikájában többek között a következőket jegyezte föl: „*...miután a vadállatokat és a szárnyasokat is elfogyasztották az emberek, a kegyetlen éhségtől hajtva... mindenféle dögöt ettek. Voltak, akik erdei gyökereket és vizinövényeket rágtak... a mardosó éhség arra kényszeritette az embereket, hogy emberhúst egyenek, az úton járókat a náluk erősebbek elragadozták, darabokra vágták, és tüzön megsütve felfalták...*"

A középkorban — az időjárásnak megfelelően — mondhatni ciklikusan jelentkeztek éhinségi hullámok.

A parasztok általában napjában kétszer ettek, a főétkezés este volt, a nehéz munka után. A húst a háziállatok szolgáltatták, s a vadászat — már ott, ahol, s amikor engedték, mert időnként és területenként a parasztokat (jobbágyokat) eltiltották a vadászattól, s a tilalmak megszegőit súlyosan büntették. Jól példázza ezt az angol Robin Hood közismert története

A tej és tejtermékek mellett a hüvelyesek, a káposzta, a hagyma, de főleg a gabonafélék egeszitették ki az éléstárat. Fő eledel a kása volt. A kásahegy a magyar népmeséknek is gyakori szereplője. A kenyér zabból készült, a legszegényebbek arpából sütötték. búzakenyér csak úri gyomorba kerülhetett. A drága fűszerekből bizony szűkösen jutott a parasztoknak. Sokszor még a só is luxuscikknek számított. Szomjoltónak a bor és a sör volt a legfontosabb. Ásott kút kevés volt, s vizük minősége aligha felelt volna meg a mai KÖJÁL-előírásoknak. Ahol volt folyóvíz, ebből merítették az ivóvizet is. Így aligha csodálkozhatunk, hogy a gyakori járványok tíz- és százezrével pusztították az embereket, egész országrészek néptelenedtek el.

A szegény embernek akkor sem volt szerencséje, ha úri házhoz került, mert ott is gyakorta megcsúfolták. Az udvarbírákra és kulcsárokra panaszkodott a török—magyar végek derék lantosa, Tinódi Lantos Sebestyén is versében „Esznek szegin ifjak fagyos étkeket, Rejá innyok adnak büdös lőréket, Szolgáló lejányoknak sován étkeket, Rejá innyok adnak boros vizeket..." A hiányosan, vitaminszegényen táplálkozó szegénység körében magas volt a gyermekhalandóság. A hiányos orvosi ismeretek következtében különösen nehéz volt a tengeri hajósok helyzete, akik hetekig, hónapokig vitorláztak sokszor ismeretlen vizeken, ahol elsősorban a rettegett skorbut sorra szedte áldozatait. Évszázadok kellettek, míg a tapasztalati tények, a kutatások egészségesebb étkezési szokások kialakításához segítettek. De mai táplálkozásunk még mindig sok — korántsem haladó — középkori hagyományt őriz (például túltáplálkozás), s az emberiség még a XX. század végére sem tudott megszabadulni az emberhalált is követelő éhinségek rémétől.

Dr. Csorba Csaba

Arisztokraták, polgárok és szegények asztala

„Sehol a föld kerekségén nem esznek oly jól és oly sokat, mint Magyarországon.” Ezt nem egy mai utazási iroda propagandaszövegéből idézzük, hanem August Ellrich „Die Ungarn wie sie sind”, azaz szabadon fordítva: „A valódi Magyarország” című, 1831-ben megjelent művéből.

Sokat eszünk, halljuk ma is a rosszalló bírálatot, de azért annyit még sem, mint elődeink. *„Mit jelent az, hogy sokat esznek? — tudósít bennünket Ellirch úr, aki a saját bőrén tapasztalta a magyar vendégszeretetet. — Az igazi jómódú magyar ember naponta rendszerint többször eszik: könnyen reggelizik; tízóraizik, amikor már komolyabb ételeket fogyaszt; ebédel; uzsonnázik; vacsorázik... és nem ritka, különösen vidéken, hogy az öt étkezés között csak annyi szabad idő marad, amíg az ember becsületesen kiszuszogja magát: gyakran előfordul az is, például télen, hogy az öt étkezés összefolyik...”*

Károlyi Mihályné visszaemlékezéseiből viszont arról kaphatunk némi fogalmat, hogyan étkezett az arisztokrácia a század elején. *„Tiszadobon a közönséges hétköznapi ebéd kiadós előétellel kezdődött, sajtos souffle vagy rákmajonéz, majd tiszai hal következett, pompás, friss, nyílt tüzön ropogósra sütött kecsege; utána jött a fő fogás, rendszerint marhasült, borjú vagy kacsa, három-négy különböző körettel és főzelékkel. A negyedik fogás külön zöldség*

A Károlyi palota ebédlője

„Ozsonna" a szabadban, a Magyar Háziasszony c. hetilap fejléce 1882

volt, esetleg spárga; utána tarhonya és fagylalt következett... Utána lassan vége felé tartott az ebéd: már csak az édes kukorica következett vajjal (igaz, hogy három-négy cső kukoricát is meg tudtunk enni fejenként), meg sajt és apró, száraz sütemény. Befejezésül pedig görögdinnye, nagyszerű, zamatos, bő levű, jégbe hűtött dinnye, s persze minden más nyári gyümölcs, ami éppen termett."

Kevésbé volt gazdag, de még mindig jócskán szódabikarbóna után kiáltott egy jómódú polgári család napi étrendje. A reggeli teából, kávéból, ritkán csokoládéból (kakaó) állt, felvágottal, sonkával, esetleg tojással és vajjal, dzsemmel. Délelőtt még egy kis tízórai következett: vajas kenyér paradicsommal, paprikával, vagy az előző estéről megmaradt pörkölt.

Délben, ha a ház ura dolgozott, s csak ebédre tért haza, a levesnek ott kellett az asztalon párolognia, amikor megcsikordult a zárban a kulcsa. Ez volt az egyik legfontosabb szabály, amire a gondos anyák lányaikat megtanították. Jó feleség számára a legnagyobb szégyen volt, ha késett az ebéddel, de jaj volt annak a férjnek is, aki elkésett, s ezért elhűlt az étel! Általában aranyló zsírkarikákkal díszes húsleves járta, különösen ünnepnapokon. A pörkölt, a rántott hús és a sült hús máig sem halványuló kultusza a múlt század végéről származik. Az ételek ízét a rengeteg paprika, bors, só adta. A régi magyar konyha híres fűszerei — a tárkony, bazsalikom, sáfrány, szerecsendió — legalábbis az átlag polgári otthonokban, a feledésbe merültek. Annál bővebb volt mindenben a zsír.

A sok tojásból vert piskótatorták krémje tiszta vajból, általában dióból, mogyoróból vagy csokoládéból készült. A hájas tésztának, aprósüteménynek sohasem illett kifogynia a kamrából. Ugyanakkor a jó gazdaasszony a kamra kulcsát az övén hordta, s maga porciózta ki a mindenesnek vagy szakácsnőnek a sütéshez, főzéshez szükséges vajat, lisztet, nehogy a lány lopni pró-

A századforduló konyhája (Meggendorfer Blatter)

báljon. (Akinek szegénynek sokszor oka is lett volna rá, mert neki legtöbbször csak a maradék jutott.)

A cseléd azonban mégiscsak jól járt, ehetett rendesen mindennap, még ha a legjobb falatokról le is kellett mondania. A szegények örültek, ha két fogásra jutott. Móricz Zsigmond fogalmazását idézve: „a kenyérre és a hajára!" Végh Antal szerint, amikor már kenyér sem jutott a szatmári cselédeknek, a gyerekek a tarlóra mentek búzafüvet szedni, amit otthon megdaráltak, abból főztek valamit. Pépet, puliszkát? Tejjel, zsírral még talán ehető lett volna. De hol volt a cselédek asztalán tej vagy zsír? — olvashatjuk az író „Száz szatmári parasztétel" című könyvében, amelyben a falusi jó ízek mellé a régi szokásokat is feltálalja az ínyenc olvasónak.

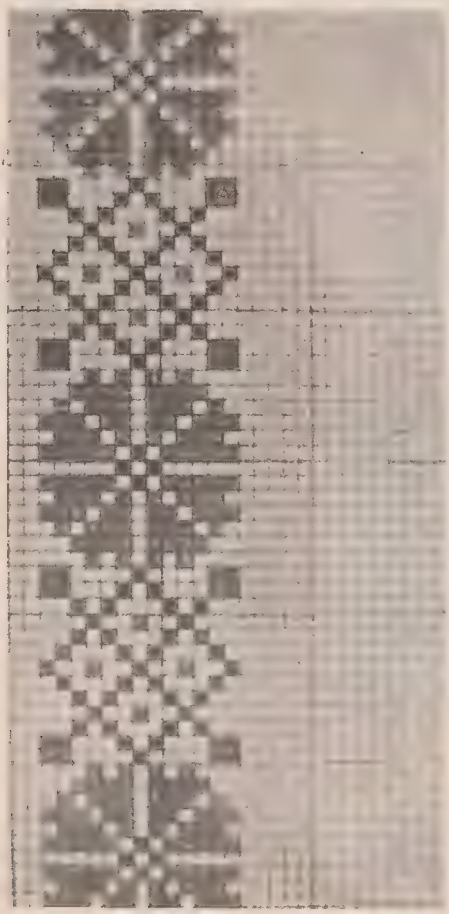
F. Dózsa Katalin

Kereszt-szemesek

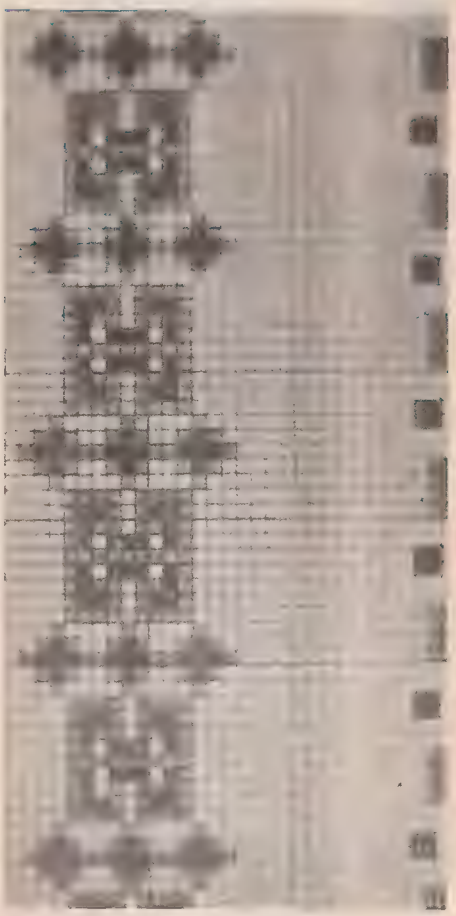
A keresztszemes öltés talán a legkönnyebb és mégis az egyik legmutatósabb kézimunka. Valóban bárki megtanulhatja és kellemes, hasznos időtöltése lesz.

Paul Ilona és Zsille Zsigmondné „Keresztszemes hímzésminták" című könyvéből közlünk néhány ötletet.

Hazánk tájain



Sárközi minta. Piros és fekete.

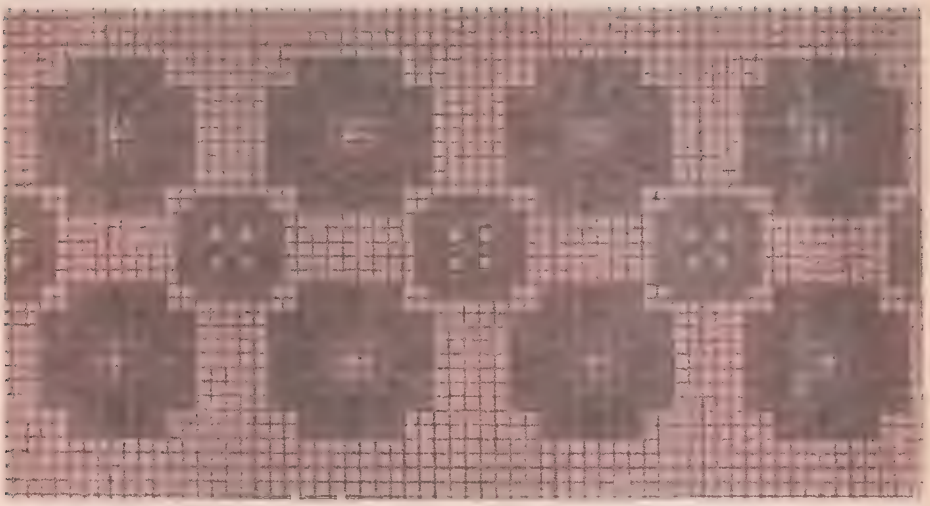


Beregi terítő. Piros és fekete.

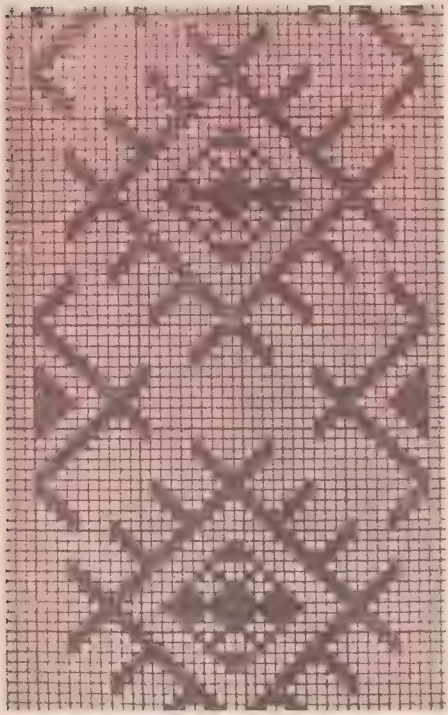
Somogyi minta. Fekete és piros.

Kalotaszegi minta. Kék.

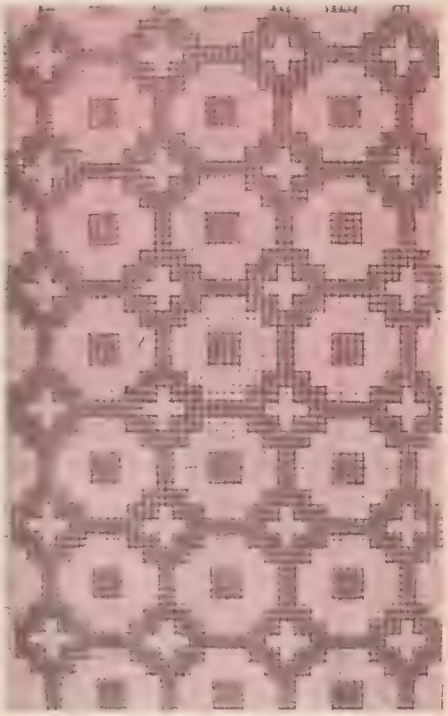
Baranyai minta női ingujjról. Piros.



Észt kötényfodor. (A piros dominál, sötétzöld és sárga van benne).

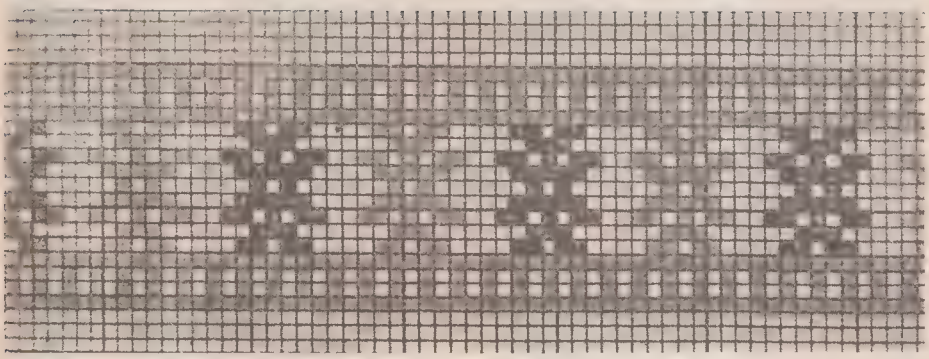


Bolgár minta (faliszőnyegre alkalmas). Alapszín piros: közepe piros—zöld.

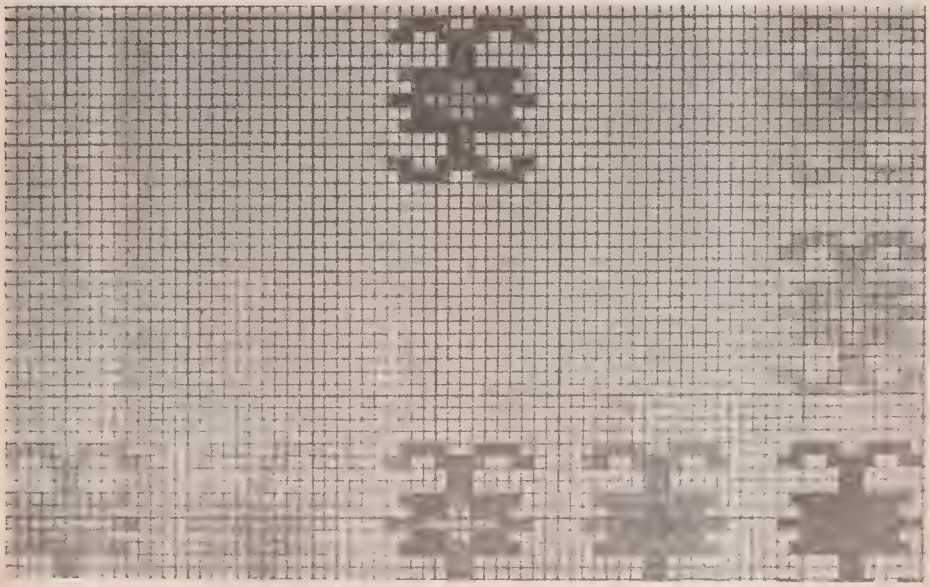


Litván minta (párnára, terítőre mutatós). Piros.

Ukrán népi motívum. (Szőnyegnek is alkalmas) Fekete alapon piros, zöld, kék és sárga.

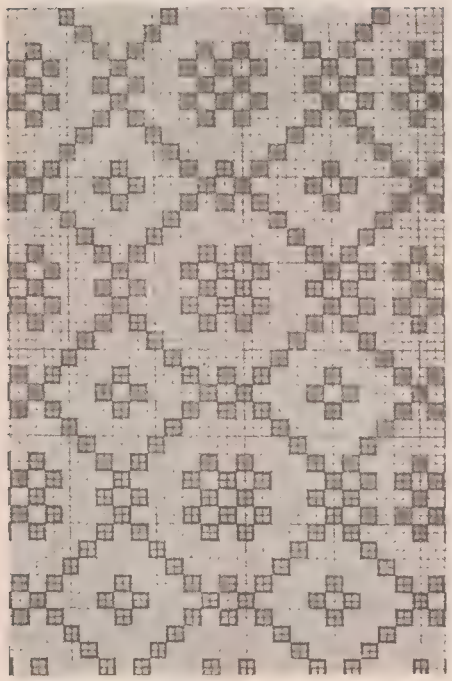


Marokkói minta. Piros és lila.

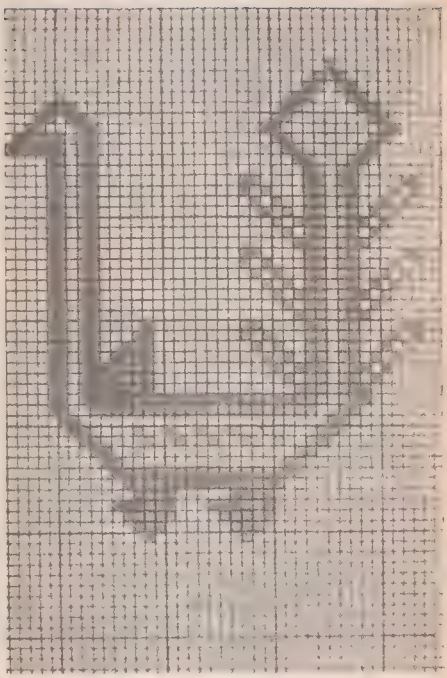


Horváth népi motívum: szettre, futóra alkalmas. Igen tarka: fekete, zöld, piros, narancsszín, lila.

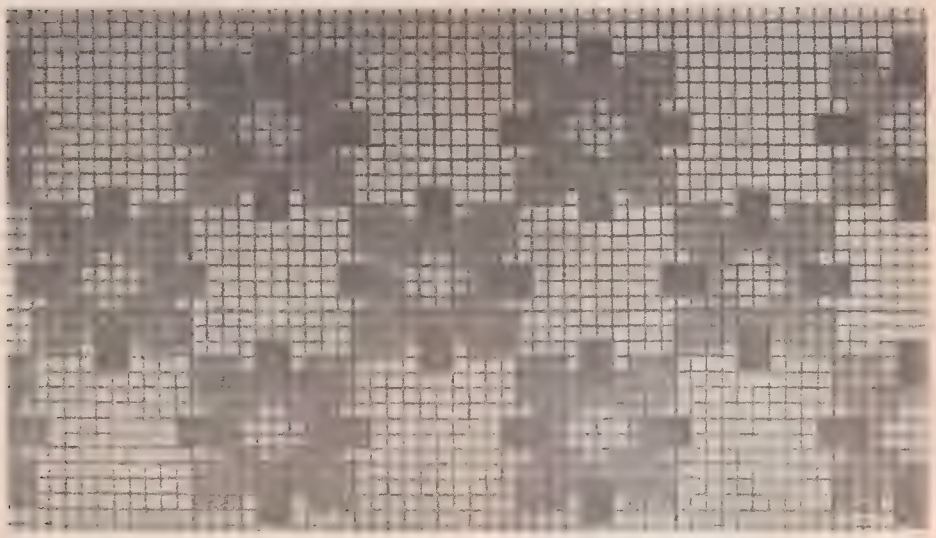
Stilizált minták



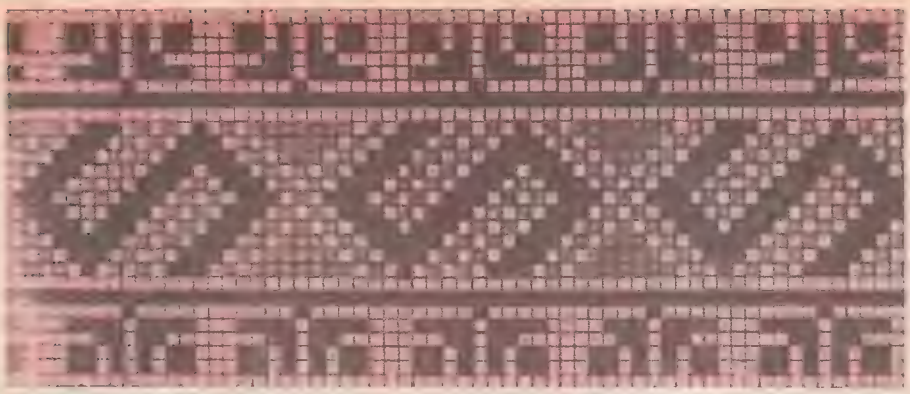
Terítőre, gyapjúfonallal kivarrva, párnára, faliszőnyegre alkalmas minta. Piros.



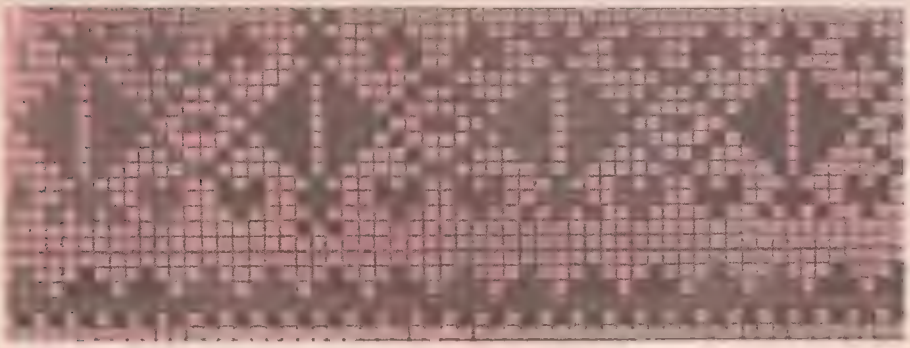
Stilizált madárminta (gyermekholmi díszítésére). Piros, barna, sárga.



Gyermekszobába való falikárpit. Zöld, sárga, mustárszín.

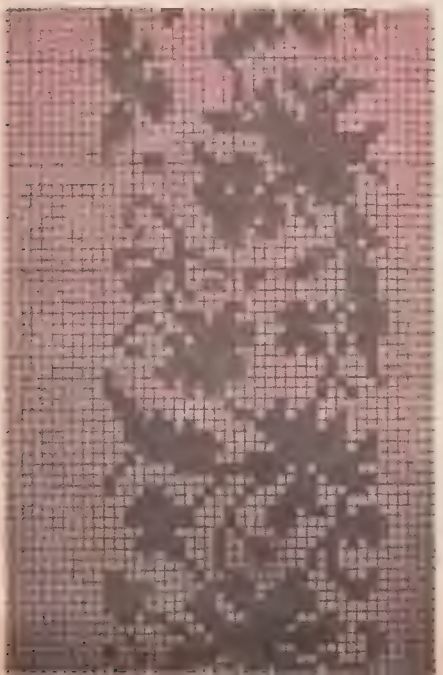


minta többször ismételve, párnára is alkalmas. Piros, kék.

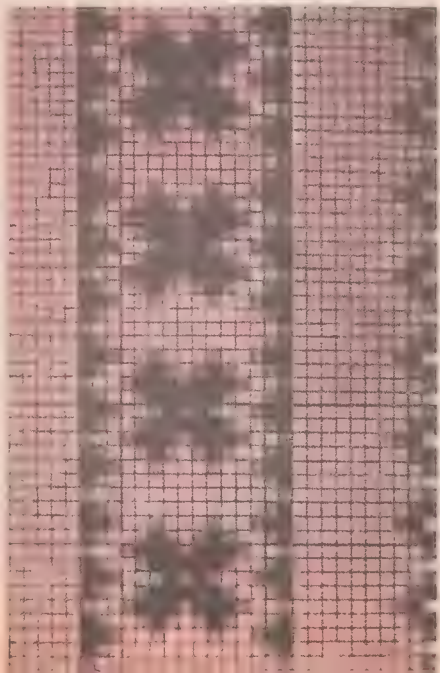


Futóra, szettre alkalmas minta. Piros és fekete.

Antikhatású terítőminta. Zöld, piros, barna.



Ruhadísznek alkalmas minta. Piros, fekete.



Hogyan vásároljunk mosószereket?

Az utolsó tíz évben a mosás, illetve annak módja jelentősen megváltozott. A szappan helyett megjelentek az új, jó hatásfokú szintetikus áztató-, előmosó- és mosószerek, a kézi mosást a háztartások nagy részében felváltotta a gépi mosás, és a hagyományos pamut, len, kender, gyapjú textíliák mellett elterjedtek a könnyebben mosható szintetikus, műszálas textíliák.

Ezek együttes hatására a mosás könnyebb, kevesebb fizikai erőkifejtést és időt igényel, de ahhoz hogy a ruhaneműt károsodás nélkül megfelelő tisztaságú legyen, a mosást szakszerűen kell elvégeznünk. Ismernünk kell a különböző textíliák kezelési módját, a jó mosóhatás eléréséhez szükséges legmegfelelőbb mosási körülményeket, valamint a széles mosószerválasztékból a legmegfelelőbb mosószert kell kiválasztani.

Ehhez kívánunk segítséget adni az alábbiakban a KERMI által kiadott útmutatóból átvett tájékoztatóval.

Mosószertípusok

Áztató és előmosószerek

Elsősorban a mosógépben végzett mosást megelőző áztatásra illetve előmosásra használható készítmények, melyek nagymértékben megkönnyítik a szennyeződés fellazítását, eltávolítását.

A hagyományos áztató- és előmosószerek, mint például a FLÓRA, erősen lúgos kémhatású készítmény, így elsősorban a lúgra nem érzékeny, erősen szennyezett textíliákhoz használható. A FLÓRA SZEPT nemcsak áztat, hanem fehérít és fertőtlenít is, a NYLON FEHÉRÍTŐ-ÁZTATÓ rendszeres használata megakadályozza a nyloningek, -blúzok, -függönyök stb. nagymértékű sárgulását, szürkülését.

Az úgynevezett BIO-készítmények enzimet tartalmaznak, amely az egyébként nehezen vagy egyáltalán nem eltávolítható foltokat, mint pl. a kávé, tea, vér, izzadság stb. biológiailag lebontja, vízben oldhatóvá teszi. Ilyen enzimtartalmú áztatószerek: a BIOPON és a BIOMIX.

Automata mosógépekhez használható gépi mosószerek

Az automata (fél- és teljes automata) forgódobos mosógépekhez csak úgynevezett csökkentett habzású mosószerek használhatók, mivel a habzó készítmények használata csökkenti a mosás hatásfokát, a mosólé a gépből kihabzik, és a mosógép működésében zavarokat idézhet elő.

A csökkentett habzású készítmények elsősorban nagy hőmérsékleten fejtik ki a megfelelő mosóhatást ezért előmosás után célszerű a mosást 70 °C fölötti hőmérsékleten végezni. Az enzim tartalmú BIO TOMI és a TOMI SZTÁR már az előmosás során is nagymértékben eltávolítja a szennyeződést, a mosást pedig mind kis hőmérsékleten (40—60 °C-on), mind nagy hőmérsékleten jó hatásfokkal végezhetjük.

Lúgos vagy gépi mosószerek

A hagyományos keverőtárcsás és lengőlapátos mosógépekhez használható, lúgossága miatt elsősorban gépi mosáshoz ajánlott mosószer: pl. a TOMI PRIMA. Az automata mosógépekhez ajánlott, csökkentett habzású mosószerek is jól kihasználhatók hagyományos mosógépekben.

Univerzális mosószerek

Olyan készítmények, amelyek gépi és kézi mosáshoz egyaránt használhatók. Ez azt jelenti, hogy finom textíliák alacsony hőmérsékleten (30—40 °C-on), egyéb textíliát pedig magas hőmérsékleten (70 °C fölött) jó hatásfokkal mosnak.

Ide tartoznak az ULTRA BIÓ 70 és az ULTRA 68 mosókrémek, valamint az UNIMÓ és az ULTRA MARINA folyékony mosószerek.

Finom mosószerek

Elsősorban a kényesebb, gyapjú, selyem és különböző műszálból készült — ún. finom textíliák kézi mosásához használható, közel semleges kémhatású (azaz alig lúgos) mosószerek. Az ide tartozó készítmények: TOMI SZUPER, és IDEÁL 74 mosópor, SZUPER MOS 6 mosókrém, valamint FERTŐTLENÍTŐ MOS 6, és ULTRA LUX folyékony mosószer. A TOMI SZUPER és a SZUPER MOS 6 mosókrém a KERMI tanúsító védjegyét viseli. A tanúsított jellemzők valódiságát a KERMI szavatolja. A védjegy a termék legfontosabb tulajdonságairól ad információt.

Öblítőszerek

A mosás utáni öblítővízhez használhatók. Segítségükkel a textíliákból a mosószernyomok is eltávolíthatók, a kiöblített textília kellemes puha fogásúvá válik. Kereskedelmi forgalomban a KOMFORT elnevezésű öblítőszer és az UNIFIX desodoráló textil öblítőszer kapható. ULTRA, BIP, FERTŐTLENÍTŐ KOMFORT, WOFALOR.

A hatékony mosás feltételei

A mosás

A hatékony mosás alapfeltétele a legmegfelelőbb, az ún. optimális mosási körülmények kiválasztása és alkalmazása. Ez azt jelenti, hogy a mosás megkezdése előtt a háziasszonynak meg kell állapítani, hogy mit, mivel és hogyan kíván mosni, azaz ki kell választani a legmegfelelőbb mosószert és mosási eljárást, majd a ruhaneműt ennek megfelelően szét kell válogatni.

Áztatás

Áztatás a mosást megelőző folyamat, amely nagymértékben elősegíti a mosás hatékonyságát, mivel az áztatószeroldat a textíliát átnedvesíti, a különböző jellegű szennyeződéseket fellazítja, egy részüket el is távolítja. Az utóbbi időben elterjedt „bio" szóval jelölt enzimtartalmú áztatószerek a fehérje jellegű szennyeződések, emberi váladék, vér, tojásfehérje, friss gyümölcsfoltok eltávolítására is alkalmasak.

Megfelelő áztatóhatás eléréséhez az áztatást 30—40 °C-os vízben legalább 2—3 órán, hideg vízben 6—8 órán keresztül végezzük. A háztartásokban bevált gyakorlat az egy éjszakán át történő áztatás. Az áztatóvíz hőmérséklete maximum 50 °C legyen. 10 liter áztatóvízhez 30—40 g áztatószert használjunk (1 evőkanál áztatószer súlya kb. 12 g). Az áztatás megkezdése előtt válogassuk szét a fehér és a színes textilneműt, valamint azokat a ruhákat, melyekről tudjuk, hogy színtartósságuk nem megfelelő (színüket eresztik, fognak). A fehér és színes ruhát külön áztassuk, nem megfelelő színtartósságú ruhát lehetőleg ne áztassunk, vagy szükség esetén az áztatást teljesen elkülönítve és nagyon rövid ideig végezzük.

A lúgra érzékeny színes textíliák (pl. szintetikus szálból készült ruhaneműk) áztatását lehetőleg enyhén lúgos kémhatású áztatószerrel (pl. BIOMIX) végezzük, az áztatás idejét pedig 1—1,5 órára csökkenthetjük.

Egyes áztatószerek speciális célokra is felhasználhatók. Így a Nylon fehérítőáztató szer időszakos használata (minden harmadik-negyedik mosás) nagymértékben meggátolja a fehér színű műszálas ingek, blúzok, fehérneműk besárgulását, elszürkülését. A készítmény hatása akkor megfelelő, ha már a ruhanemű sárgulásának kezdeti szakaszában kezdjük el használni.

A FLÓRA SZEPT áztatószer fehérítő és fertőtlenítő hatású. A használati utasítása szerint használjuk.

Gépi mosás

A gépi mosás megkezdése előtt fontos feladat a megfelelő mosószer kiválasztása. A mosószerek nagy részén a megnevezésben a felhasználási területre utaló „gépi", „univerzális", „automata gépi" stb. megnevezés szerepel, ezenkívül a használati utasítás is utal rá.

A lúgos gépi mosószerek elsősorban fehér vagy lúgra nem érzékeny színes pamut, len, kenderáruk 70 °C fölötti mosásához használhatók. Az univerzális mosószerek 40—50 °C-on finom, könnyen kezelhető textíliák mosására, 70 °C fölötti hőmérsékleten pedig fehér és színtartó színes pamut, len és kenderből készült ruhaneműk mosására alkalmasak.

A mosáshoz szükséges mosószer mennyiségére minden esetben a készítmény használati utasítása ad megfelelő felvilágosítást, de általában 10 liter vízhez 50—60 g mosószer szükséges. A használati utasításban előírtnál több mosószert ne adagoljunk, mert a túladagolás a mosás hatékonyságát már nem javítja, a mosás indokolatlanul költségesebbé válik.

A megfelelő mosószer kiválasztása után (a szükséges hőfok és koncentráció ismeretében) sor kerülhet a szín (fehér és színes) valamint textilféleségek (pamut, műszál) szerint előzőleg már gondosan szétválogatott ruhanemű mosására. Még egyszer szükségesnek tartjuk a figyelmet felhívni arra, hogy fehér és színes ruhaneműt lehetőleg ne mossunk egyszerre, egy adagban.

A keverőtárcsás mosógépek befogadóképessége általában 1,5—2 kg ruha (száraz állapotban mérve) a mosás ideje 3—5 perc. A lengőlapátos gépekben kb. 2—3 kg ruha mosható egy adagban, a mosási idő pedig a ruha szennyezettségétől függően 10—15 perc. A forgódobos automata és félautomata mosógépek esetén pedig a géphez mellékelt részletes használati utasítás ad felvilágosítást a gépen beállítható mosási programról (hőmérsékletről, időről stb.), amelynek előírásait feltétlenül be kell tartani. Megjegyezzük, hogy forgódobos mosógépben előmosáshoz, illetve alacsony hőmérsékleten való mosáshoz célszerű enzimes készítményt (TOMI SZTÁR) használni.

Felhívjuk a figyelmet arra, hogy a mosást — elsősorban erősen szennyezett ruhanemű esetén — mindig előzze meg megfelelő idejű áztatás, ugyanis bármilyen jó is a mosógépünk és az alkalmazott mosószer, az erősen tapadó szennyeződést nem képes előzetes fellazítás (áztatás) nélkül eltávolítani.

A mosógépek meghatározott befogadóképessége és a mosószeres dobozokon sok esetben feltüntetett olyan jellegű adatok, hogy a doboz tartalma hány kg ruha mosására alkalmas, szükségessé teszi, hogy a háztartásokban leggyakrabban előforduló ruhaneműk súlyát megközelítőleg ismerjük.

Kézi mosás

Háztartásunkban szinte elengedhetetlen a mindennapos vagy két-három naponként megismétlődő kisebb, úgynevezett kézi mosás, amelynek során a naponta szükséges fehérneműket, harisnyát, zoknit, egy-egy inget, műszálból készült blúzt, esetleg nyári ruhát mosunk ki. Így a mosásra kerülő ruhaneműk általában az ún. könnyen kezelhető textíliák (általában műszálból, esetenként gyapjúból, selyemből készültek) mosásához — mivel nagy részük lúgra érzékeny — közel semleges kémhatású ún. finom mosószereket használjunk (pl. TOMI SZUPER, SZUPER MOS 6, ULTRA LUX, IDEÁL 74 stb). A mosást — használati utasításban előírt mosószermennyiséggel — kézmeleg vízben, maximum 40 °C végezzük. Az ún. könnyen kezelhető textíliákat ne csavarjuk ki erősen, enyhe nyomkodással távolítsuk el a vizet.

A különböző textíliák, de elsősorban az ún. finom kényes textíliák kezeléséhez adnak hasznos tanácsokat a ruhane-

működön feltüntetett különböző jelzések, az ún. „textil" KRESZ, melynek előírását ajánlatos minden esetben figyelembe venni és betartani. (Lásd később).

Öblítés

A mosás után igen fontos művelet, mely a mosás eredményét nagymértékben befolyásolja. A kézi mosásnál említett szabály általános érvényű: az első öblítővíz legyen valamivel hidegebb a mosóvíznél, majd az ezt követő öblítések során a hőmérséklet fokozatosan csökkenjen. Forró vízből hideg vízbe semmilyen textíliát soha ne tegyünk!

Mind kézi, mind gépi mosás esetén célszerű az utolsó öblítővízhez ún. öblítőszert adagolni. Ilyen a kereskedelemben lévő KOMFORT, illetve UNIFIX desodoráló textilöblítő szer. Az öblítőszerek megkötik, közömbösítik az öblítővízben és a textília felületén visszamaradt mosószert, a textília kellemes tapintásúvá válik, a szennyeződést nehezebben veszi fel (antisztatikus hatással rendelkezik).

Egyéb (fertőtlenítés, fehérítés stb.)

A mosószerek nagy része a mosás során nemcsak a megfelelő tisztítóhatás biztosítására alkalmas, hanem egyben bizonyos mértékű fertőtlenítő hatással is rendelkezik. Így a FLÓRA SZEPT áztató és előmosószer már az áztatás során fertőtlenít és aktív klór tartalmánál fogva fehérít is.

Fehér színű textíliák fehérítésére és fertőtlenítésére még ma is gyakran használt radikális hatású készítmény az üvegbe vagy műanyag flakonba töltött nátriumhipoklorit oldat, az úgynevezett „Hypo".

Megjegyezzük, hogy az utóbbit mosószerrel együtt, azaz mosószer oldathoz adagolva sohase használjuk, mert a ruhaneműn esetleg elváltozást, elszíneződést idézhet elő. Színes textíliát ne hypózzunk, mert kifakulhat, vagy a különböző színek elfogynak.

Harisnyák, zoknik fertőtlenítésére szolgál a gombaölő hatású UNIMO folyékony harisnyamosó szer, és a FERTŐTLENÍTŐ MOS 6 mosószer.

Az alábbiakban néhány ruhanemű átlagos száraz súlyát közöljük:

Párnahuzat	250 gramm
Paplanhuzat	700 gramm
Dunyhahuzat	1100 gramm
Lepedő pamutból	700 gramm
Lepedő lenből	800 gramm
Frottirtörülköző	300—350 gramm
Törülköző lenből	140 gramm
Konyharuha	100 gramm
Overall	1500 gramm
Férfiing	300 gramm
Férfi alsónadrág, rövid	200 gramm
Férfi alsónadrág, hosszú	400—450 gramm
Női kartonruha	500 gramm
Kötény	200 gramm
Munkaköpeny	800 gramm

Textil KRESZ

A ruházati cikkek területén — régebben túlnyomórészt felhasznált két természetes alapú anyagon: a gyapjún és a pamuton kívül—, újabb és újabb különböző tulajdonságú szálas anyagok és új kikészítésű eljárással készült textíliák kerülnek felhasználásra. Ezért szükséges, hogy a gyártók a felhasználókat az új textíliák tulajdonságairól, a ruházati cikkek legmegfelelőbb tisztítási és kezelési eljárásairól megfelelően tájékoztassák. A tájékoztatás módja — hazánkban és nemzetközi viszonylatban egyaránt — a kezelés módjára vonatkozó megfelelő, egységes jelölések, jelképek, az ún. „textil KRESZ" alkalmazása.

A hazánkban érvényben lévő jelölések a következők:

a) c) b) d)

Az alkalmazott jelképek négy szempontot emelnek ki: mosás, vasalás, gépi mosás és vegytisztítás.

A jelképek értelmezése:
a) moshatóság b) vasalhatóság
c) gépi mosás d) vegytisztíthatóság

A mezők színe — a KRESZ színeinek megfelelően — lehet zöld, sárga és piros.

Zöld szín esetében a művelet megengedett, ha számjegy is szerepel a jelképen, akkor megadja a kezelés hőmérsékletének felső határát °C-ban.

Sárga szín óvatosságra int, a jelzésekkel leírt számjegyek szintén a kezelés hőmérsékletének felső határát adják meg °C-ban.

A piros szín keresztülhúzással kombinálva kezelési tilalmat jelent.

A D jelzés esetében a beírt betű pl. „P" azt jelzi, hogy a vegytisztítás mivel végezhető el

A mosás, a vasalás és a vegytisztítással kapcsolatos utasítások nemcsak a szakemberek, hanem a háziasszonyok számára is megfelelő felvilágosítást adnak, arra vonatkozóan, hogy az adott ruhanemű kezelése milyen körülmények között végezhető. A textil KRESZ utasításait feltétlenül be kell tartani.

A mosás alapvető műveleteinek helytelen végzése következtében a ruhaneműt különböző kisebb, illetve nagyobb mértékű elváltozás, károsodás érheti. A következőkben néhány ilyen gyakrabban előforduló hibára szeretnénk a háziasszonyok figyelmét felhívni.

Áztatásnál, gépi és kézi mosásnál egyaránt jelentős elváltozást okozhat, ha a ruhát a mosószer feloldása előtt rakjuk a mosóvízbe. Ilyenkor a még fel nem oldódott mosószer lerakódhat a ruhanemű hajlataiba és a nagy hatóanyag-tartalom (elsősorban szóda) főleg színes textíliákon elszíneződést, esetleg káros hatást is okozhat.

Színes ruhaneműk áztatás és gépi mosása előtt célszerű az anyag kis darabján előre megállapítani, hogy a textilia megfelelő színtartóságú-e (nem engedi-e a színét). Ha különböző színű, nem megfelelő színtartóságú ruhaneműt hosszabb ideig együtt áztatunk, vagy nagyobb hőfokon együtt mosunk, úgy egymást lefoghatják, egy ruhadarabon a különböző színek átfoghatnak, egyes textíliák színe halványodhat (kifakul) stb. Ezért a színes textíliákat különös gonddal kell kezelni. Színes ruhát mindig a fehér ruhaneműtől elkülönítve kell áztatni és az áztatás ideje, lúgos áztatószer esetén, ne legyen túl hosszú (max. 2 óra), nagy hőmérsékleten (70 °C fölött) ún. univerzális mosószerekkel színes ruhát ne mossunk, mert az ilyen típusú mosószerekben lévő, kémiai úton fehérítő komponens a különböző színezékekben kárt okozhat. Fehér ruhaneműk (pamut-, len-, kenderáruk) 80—90 °C-on történő vagy forralással egybekötött mosása főleg univerzális mosószerek használata esetén nagyon jó mosóhatást eredményez, de a készítmények rendszeres használata nagyszámú mosás esetén a textilszálakban károsodást okozhat.

A mosószereket Hypóval együtt soha ne használjuk (azaz a mosólébe ne öntsünk Hypót), mert egymás hatását rontják, esetleg elszíneződést okoznak.

A gépi mosást — még automata mosógép használata esetén is, főleg erősen szennyezett ruhanemű esetén — minden esetben előzze meg áztatás. Áztatás alkalmazása nélkül bármilyen jó mosószer használata esetén sem lesz a ruhanemünk megfelelő tisztaságú. Ugyan-

csak nem érjük el a kívánt mosóhatást akkor, ha a mosólé töménysége nem megfelelő (túl kevés mosószert használunk), vagy ha az előírtnál több ruhaneműt teszünk a mosógépbe. Ilyenkor a ruhanemű nem tud a gépben megfelelően mozogni, a gép nem fejti ki optimális hatását.

Ha forgódobos mosógépben habzó mosószert használunk, a mosólé a gépből kihabzik, a képződött hab hatására a gépbe a szükségesnél kevesebb víz kerül, így a mosóhatás csökken. A nagy mennyiségű habot a gép programjában szereplő öblítésekkel nem lehet a ruhaneműből eltávolítani.

Elsősorban a szóda- és enzimtartalmú készítmények, de bármilyen mosószer használata esetén is igen fontos megfelelő számú öblítés alkalmazása. Az ún. csökkentett habzású mosószerek elterjedésével a háziasszonyt gyakran megtéveszti az a tény, hogy az öblítővíz már nem habzik, azaz azt hiszi, hogy a ruhát már kellő mértékben kiöblítette. A nem megfelelően öblített ruhában visszamaradó mosószermaradvány a textíliát károsítja és érzékeny bőrű egyéneknél, elsősorban csecsemőknél, bőrbántalmakat is okozhat. (Lásd a későbbiekben.) Ezért a mosás után minden esetben többszöri (4—5-szöri) öblítést kell alkalmazni. Az első öblítővíz hőmérséklete valamivel alacsonyabb legyen, mint a mosóvízé, de meleg vízből hidegbe a ruhát sohase tegyük.

Ún. finom, könnyen kezelhető ruhaneműk mosásánál hozzávetőlegesen ismernünk kell a ruha alapanyagát, azaz azt, hogy az gyapjú vagy szintetikus szál.

A gyapjú lúgos mosószerrel, langyos vízben mosva filcelődik. A filcelődés semleges (ún. finom) mosószerben is bekövetkezik, erős mechanikai hatások, nyomkodás, dörzsölés hatására. Ezért a gyapjúból készült ruhaneműt minél ritkábban mossuk, akkor is finoman nyomkodva, nem csavarva.

(Kivételt képeznek az ún. nemezelésálló, filcmentesített kikészítésű gyapjúcikkek.)

A szintetikus szálakból készült ún. könnyen kezelhető textíliákat is lehetőleg ún. finom mosószerekkel mossuk, keverőtárcsás mosógépbe sohase tegyük (csak lengőlapátos és forgódobos gépbe), mert a gép mechanikai hatása olyan mértékű, hogy jelentős károsodást okozhat.

Finom textíliákat lehetőleg 40 °C-nál nagyobb hőmérsékleten ne mossunk.

Egészségvédelem

a) Használat közben a ruhanemű — minőségétől és típusától függően — különböző mértékben szennyeződik. Figyelembe véve a minimális higiéniai követelményeket, a ruhaneműket bizonyos gyakorisággal kell mosni. A ruhaneműre rárakódó szennyeződést nehéz eltávolítani (a ruhaneműt tisztára mosni), ha sokáig viseljük vagy szennyes ruhaneműt hosszan tároljuk.

b) A jelenleg alkalmazott mosási technológia mellett gyakorlatilag elkerülhetetlen, hogy a háziasszony a mosás során az áztató-, illetve mosóoldattal közvetlenül érintkezésbe ne kerüljön. Az erősen lúgos, valamint az enzimtartalmú mosólé — főleg érzékeny bőrű egyéneknél — allergiát (viszketést, apró kiütést stb.) okozhat, ezért elsősorban az érzékeny bőrű egyének lehetőleg ne nyúljanak kézzel a mosólébe. A ruha az áztatóléből, illetve a mosógépből például erre a célra rendszeresített fakanállal könnyen, ügyesen kivehető, vagy célszerű a mosáskor háztartási gumikesztyűt használni.

A mosás befejezése után alapos, bő vízben való kézmosás szükséges, majd a kiszáradt kézbőrt zsíros, bőrtápláló krémmel kenjük be.

c) A nem megfelelően végzett mosás, részben közvetve, részben pedig közvetlenül különböző bőrártalmakat okozhat. Ha a lúgos enzimtartalmú áztatószerekben (pl. Biopon, Bio Tomi) áztatott és lúgos mosószerben mosott ruhanemű — ha azt a mosás után nem öblítettük ki megfelelően — a bőrrel érintkezik, elsősorban allergiás egyéneknél, kiütést okozhat.

Ez elsősorban az érzékeny bőrű csecsemőknél okozhat komoly problémákat. Ezért kb. 2—3 hónapos korig a pelenkákat ne áztassuk lúgos, enzimes áztatószerben és lehetőleg valamilyen semleges kémhatású finom mosószerben mossuk. Mosás után célszerű a mosószert közömbösíteni, öblítőszert használni, ami a textíliát egyben kellemes, puha fogásúvá és bizonyos mértékig szennytaszítóvá teszi.

Ötletek, kézügyesség, divat

Ötletek, kézügyesség, divat, — e — címünkben is jelzett három fogalom szorosan együvé tartozik; hogy milyen erősen, azt Szepes Magda itt következő tervei, leírásai, rajzai is jelzik. Ahhoz, hogy divatosan öltözködjünk, nincs szükség okvetlen nehéz ezresekre.

Nem árt, ha ismerjük a fő divatirányzatokat — ez elsősorban a fiatalabbakat érdekli —, de ezzel együtt fontos, hogy legyenek egyszerűen és nem túl drágán megvalósítható öltözködési ötleteink.

Divatrajzolónk egy-egy tavaszi—nyári—őszi —téli ötlettel segíti olvasóinkat és hozzá — ráadásul — még néhány vegyes divatötlet megvalósításához is segítséget nyújt. Reméljük minél több olvasónknak sikerül ezekből jó néhányat megvalósítani.

Tavasz

Kiegészítők

Itt az ideje, hogy a könnyű tavaszi, nyári kiskabátok, mellények horgolásával, kötésével kiegészítsük ruhatárunkat. Ezek a könnyen és gyorsan elkészíthető és olcsó ruhadarabok színesítik ruhatárunkat, ugyanakkor hűvös estéken megóvnak a meghűléstől.

Vásároljunk 40 deka GÖNCÖL fonalat és hármas számú horgolótűt. Először a mellény háta készül. A megfelelő hosszúságú lánesor után egy sor kispálcát horgolunk. A folytatás így alakul: három nagypálcát szúrunk az első kispálcába. Újabb levegőszem, a harmadik kispálcába három nagypálca stb.

A sort mindig három nagypálcával kezdjük és egy kispálcával végezzük, kivéve a fogyasztásnál, erről később bővebben szólunk.

A következő sorban a kispálca a hármas csoport középső pálcája alá szúrva kerül, a hármas csoportot pedig a kispálcába szúrjuk.

Az első mintasor után a különbség csak annyi, hogy a levegőszem utáni kispálcát nem szúrjuk a hármas csoport középső pálcájának ívébe, hanem alászúrunk.

Ha elértük a karkivágást, úgy a sor végén szaporítunk 20 levegőszemet. A fonalat letépjük. A hátrész másik oldalát is megtoldjuk a 20 levegőszemmel. Így folytatjuk tovább a horgolást, amíg kényelmes, bő ujjarészt kapunk. A „T" fazonban kötött vagy horgolt holmik nagyon csúnyák, ha az ujjarészük szűk! Erre ügyeljünk!

Az elejét ugyanúgy kezdjük, mint a hátát, de már a harmadik sornál elkezdjük a fogyasztást. Minden második sorban elhagyunk egy mintaelemet. Vagyis: a három pálcacsoportot vagy az egy kispálcát. Az ujjarész szaporítást ugyanúgy végezzük mint a hátán.

Ha a két elejét és a hátát összevarrtuk, akkor az ujja és az eleje kivágását két vagy három sorban kispálcákkal körülhorgoljuk, majd egy legyezőmintával fejezzük be.

Az alján két és feles kötőtűre szedjük fel a szemeket, és kb. hét centiméter széles passzrészt kötünk patent kötéssel. Ne feledkezzünk meg a passzérészen elhelyezett két gomblukról sem.

Háromrészes szoknya

Idén is divatos lesz a háromféle anyagból varrott szoknya. Az anyag mindig azonos minőségű legyen, a mintázat is, de a minta mérete változhat, mint a bemutatott rajzon. Ezt a fazont egyszínű anyagból is el lehet készíteni, vagy sima — minta nélküli —, de háromféle színű anyagból.

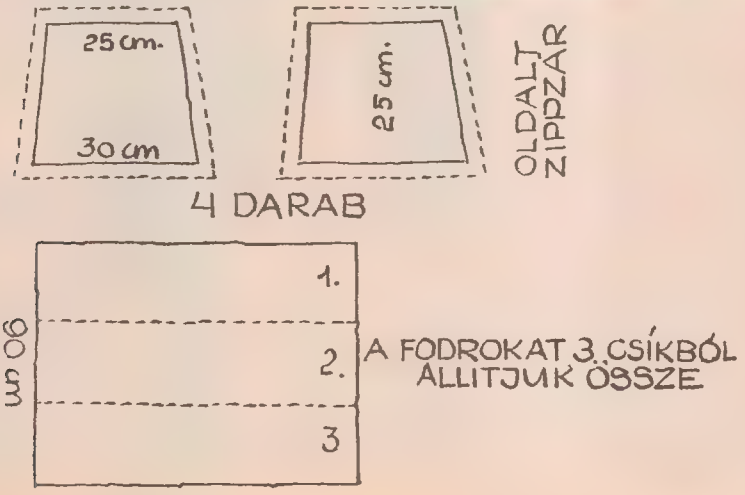
Magas, karcsú alakú nők minden hosszúságban hordhatják, a teltkarcsúak lehetőleg csak a középhosszú vagy bokáig érő változatot.

Figyelnünk kell a két fodorrész bőségére is. Magas nők erősebben ráncolhatják a fodrokat, míg a teltek bánjanak takarékosabban a fodrok bőségével.

A felső kiskockás derékrészt négy darabból szabjuk. Ehhez a felső részhez 80 cm anyag bőségesen elég. Amint a rajzon láthatjuk, a felső részen még leesik egy sima csík, ezt a szoknyához varrott vagy készen vett blúz díszítésére használhatjuk.

Kilencven cm széles anyagból a fodrokhoz is elég egy méter. Ha harminc centimétert számítunk a fodor szélességére, akkor ebből az egy méterből három csíkot vághatunk. A második ráncolt fodor lehet kissé dúsabban húzott, ehhez egy méter és harminc centiméter anyagot kell beszereznünk. A felső derékrészt az első fodorral elválasztó varrás fölé elütő színű, hímzett paszpol szalagot varrjunk.

Ugyanígy díszíthetjük a két fodor közötti varratot.



Nyár

A karima szélessége tetszőleges, ha gyereknek készítjük, természetesen sokkal kisebb, mint a felnőtteké.

Strandruhához vagy fürdőruhához illő keskeny ripsz- vagy szatén szalaggal díszíthetjük. Ez utóbbi megoldást csak húsz éven aluliaknak ajánljuk.

Rafiakalap

Szintetikus szálú rafiát a legváltozatosabb színekben vásárolhatunk a szakboltokban. Természetesen mindenki fürdőruhájához és strandruhájához illő színt választhat, mégis azt tanácsoljuk, strandra, napozáshoz fehér napvédő kalapot készítsenek, mert a fehér szín veri vissza legteljesebben a nap égető és káros sugarait, és ráadásul minden más színhez jól illik, és mindenkinek jól áll.

A kalap elkészítéséhez egy gombolyag szintetikus szálú gyékényre lesz szükség. Hármas számú horgolótűvel dolgozzunk. Ha megfelelő szaporítással kb. 10—12 cm átmérővel elkészült a fejtető, nem szaporítunk tovább, hanem kb. 8—10 cm magasságban kezdjük a mintasorok horgolását. A kezdő három láncszem után egy szemet kihagyunk. Egymás után két nagypálcát horgoljunk, és a kihagyott pálcába visszaszúrunk egy nagypálcát. Újra egy szem kimarad stb... A kalap méretét és a mintasor magasságát próbával mérje ki mindenki saját fején.

A pálcacsomók mindig egymás fölé kerüljenek.

Ha a mintasor horgolásával a homlok felső, hajas részéhez értünk, lassan kezdjük el a karima szaporítását. A „lassan" azt jelenti, hogy ne szaporítsunk annyira, hogy a karima hullámos legyen, hanem egyenletesen alakuljon ki a szükséges szélességben.

Övek

Nemcsak ruhákhoz, de bő szabású blúzokhoz is divatos kiegészítő az öv. Különösen nyári, könnyű, bő ruhához ajánljuk, mert olcsók, gyorsan és könnyen elkészíthetők. Jóformán minden ruhához illenek más-más színű divatos övek.

Az első övet

horgoljuk. Szintetikus gyékényből vagy ha szebbet akarunk, sodrott selyemből. Ez utóbbit, ha nagyon vékony szálú, duplán is használhatjuk, annyi karikára lesz szükségünk, amennyi a derékbőség.

Hat levegőszemmel karikát formálunk, ebbe egy sor kispálcát horgolunk — tizenkét szemet. A következő sort három levegőszemmel kezdjük és nagypálcákkal huszonnégy pálcát horgolunk szorosan egymás mellé. A másodkarikát az első karikához kapcsoljuk az utolsó nagypálcával. Így készül végig a karikasor. Kb. három centiméterrel rövidebbre hagyjuk a karikasort, mint a derékbőség, ugyanis számítani kell a karikákat összekötő láncszem-, továbbá egy kispálca sorra. Az öv két végére pedig még egy erős hurkot „slingeljünk", amibe saját anyagából sodort hosszú zsinórt húzunk be, amelynek végére — ha selyemből horgolunk — hosszú rojtot csomózunk.

A második övet

keskeny szalagokból fonjuk. Fektessünk és erősítsünk fel egy nagy rajztáblára (vagy tisztára súrolt gyúródeszkára) olyan széles ripsz szalagot, amilyen széles két-három vagy négy egymás mellé fektetett, keskeny, más és más színű ripsz szalag.

Először hosszában egymás alá fektetjük és végükön szélüket behajtva férceléssel felerősítjük a keskeny szalagokat az alsó bélésnek szánt anyagra. Ezután elkezdjük a fonást. A megfelelően méretre szabott keskeny szalagokat felül behajtva felférceljük a bélésre, majd a fonás után alul ugyancsak a széleket behajtva és egymás mellé igazítva — felférceljük a bélésszalag alsó részére. Levesszük a tábláról és a fércelés mentén legépeljük vagy kézzel levarrjuk visszaöltögető módszerrel.

Egyik végére kerek vagy négyszögletű csatot varrunk.

A harmadik horgolt övet

szintetikus kötözőfonalból vagy makraméhoz való sodrott, nem szálkás fonalból horgoljuk. Ebből a két anyagból a műanyag és kézimunkaboltokban sokféle szint válogathatunk. A semleges színű makramé fonal mindenesetre a legpraktikusabb, mert ezt a halvány drapp színt minden ruhához, még a könnyű szövetruhához is hordhatjuk.

Hármas vagy négyes horgolótűvel dolgozzunk, a tű számozása a fonal vastagságától függ. Horgoljunk egy láncsort, és azt mérjük le a derekunkon. A láncsor ne érjen össze, a két vége között kb. 5—6 centiméter távolság legyen.

A láncsort minden oldalán körös-körül horgoljuk, szoros kis pálcákkal. A következő sor legyezőminta. Két pálcát kihagyunk, a harmadikba hét nagypálcát horgolunk. Újabb két szemet kihagyunk, és kispálcával fejezzük be a legyezőt. A fordulóban vigyázzunk, szépen alakítsuk ki a félkört: ne húzódjon össze, ne legyen laza, fodrosodó. Ezen a ponton megengedhető egy kis „csalás", és a külalak kedvéért vagy kilenc nagypálcát horgolunk a legyezőbe, vagy egy-két szemet elnézünk a lezáró kispálcáig.

A legyezőket láncsorral kötjük össze, úgy, hogy két láncszemmel a legyező középső pálcájába szúrunk, a legyezőt záró kispálcába pedig két láncszem és egy nagypálca kerül. Az utolsó sor levegőszem, egy szem kimarad, és áthúzzuk a szálat. Az övet elöl saját anyagából fonott zsinór tartja össze vagy férfikabátokra alkalmazott bujtatott csat.

Sima kivágású ruhákhoz, vékony bőrszíjra különböző színű fagolyót fűzzünk fel. Öt-hat színes golyó emeli a ruha karakterét.

Ősz

Érdekes pulóver

Nem könnyű pulóvert mutatunk be őszi ajánlatunkban. Munka is van vele jócskán, de megéri, mert érdekes a megoldása. A középrész és az ugyanolyan széles hátrész csíkos. Ezt a két darabot külön kötjük. A két oldalrészt az ujjakkal ugyancsak külön kötjük, és csak ha készen van a négy különálló rész, akkor varrjuk össze azokat.

Az összevarrás után a pulóver alján és az ujjakon felszedjük a szemeket és széles passzét és mandzsettát kötünk két sima, két fordított mintával. A szemek felszedésénél ügyeljünk arra, hogy az ujjak és a derékrész ne veszítse el buggyos karakterét. Vagyis nem szedünk fel minden szemet, csak minden másodikat. GÖNCÖL buklé fonalat vegyünk 50 dekát, ebből csíkozásra 15 deka jut. A pulóvert hármas tűvel kötjük, a passzérészeket kettes és feles tűvel.

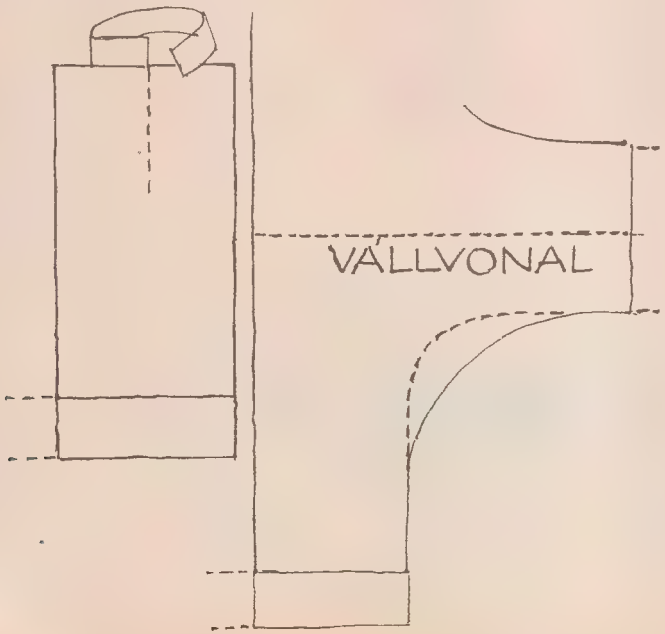
A csíkos beállítás szélessége huszonöt centiméter. Az alapszín csíkját szintén sima szemekkel kössük, a másik szín a jobb oldalon csupa fordított legyen.

Az ujjahossza az egybekötött oldalrésszel együtt a váll vonalában 52 centiméter. Huszonöt centiméter szélességben kezdjük el az ujjak kötését. Ez kb. a könyök alatt három centiméterre lesz. Ha kb. tíz centiméter magasságig jutottunk, elkezdjük a szaporítást minden második sorban. Kezdjük három-három szemmel (elején és végén), majd minden második sorban négy-négy, öt-öt stb. szemmel folytassuk. Addig szaporítunk, amíg elérünk az egyenes, csíkos rész hosszának a feléig. Attól kezdve egyenesen kötünk végig, most már szaporítás nélkül.

Ha valaki nem szereti a laza denevérujjakat, akkor a szabásmintán szaggatott vonal szerint szaporítson és csak olyan méretre kösse az oldalrészt, mint az eleje és háta előzőleg megkötött és vállban összevarrott csíkos része.

Az előrészben a nyakkivágásnak hagyunk egyszerű lehetőséget, amennyiben elértük a megfelelő magasságot, és két tűre vesszük a kötést.

A nyakra lusta kötéssel keskeny pántot kötünk a kisebb számozású kötőtűvel.



Táskák, szatyrok

A címben megjelölt kétféle alkalmatosság részére igen jól megfelel a nem túlságosan vastag kenderspárga, a szintetikus anyagból készült spárga, a gyékény kötözőfonal, továbbá nagyon vastag Anita vagy dupla szálú Apolló fonal.

A felsorolt anyagokon kívül természetesen minden más, erős, tartós fonalat felhasználhatunk. Mielőtt a táskák, szatyrok horgolását elkezdenénk, egy tízszer tíz centiméteres darabon próbáljuk ki, hogy milyen számozású horgolótűt használjunk a munkánkhoz. A bevásárlószatyornak sok terhet kell kibírni, ezért tanácsos a szoros horgolás.

A bevásárlótáska mérete: alap 34 cm, magasság 36 cm. Az aljára 10 cm-t számítsunk. A táska oldalába keskeny — 8—10 centiméteres — betétet horgoljunk. A szatyort egy darabból készítjük. Felül kezdjük a fogantyúnál. A minták sorrendje így alakul:

Öt sor kispálca bordás horgolással.

Három nagypálca egy ívbe. A két pálcacsoportot nem köti össze levegőszem.

Három nagypálca három ívbe, de úgy, hogy a három pálcát az utolsó hurokkal összekötjük.

Levegőszemsor, amelyik a pálcacsoportokat összeköti.

Négy sor kispálca, bordás horgolással.

Három nagypálca, egy levegőszem, egy szem kimarad, három nagypálca.

Öt sor szoros kispálca bordásan.

Egy sor legyezőminta.

Két sor kispálca.

Felül egybehurkolt három nagypálca.

Ezzel elérkeztünk a táska aljára. Nagyon szoros kispálcákkal horgoljuk meg ezt a nagy igénybevételt követelő részt. Hossza kb. tizenkét centiméter legyen.

A másik oldalt úgy horgoljuk, hogy alulról visszafelé számláljuk a mintasorokat. Az oldalsó betétet szoros kispálcákkal horgoljuk: összeállítás után készülnek a fogantyúk. Ezeket ne kezdjük a táska legszélén, hanem kb. öt centiméterrel a kezdő sornál lejjebb horgoljuk rá a táska belső részére, majd elértük a táska szélét, újra erősítsük rá az utolsó sorra.

A táskát bélelni is lehet mosóanyaggal. A táska felső peremén varrjuk fel a bélést, hogy könnyen kivehető, mosható és visszavarrható legyen.

A vállra akasztható táskát már nem kell olyan vastag anyagból horgolni, mint a bevásárlótáskát. Mindenesetre ezt is szoros bordás horgolással készítsük kispálcákkal. Ügyeljünk a szaporításnál, hogy a táska ne legyen hullámos. A három centiméter széles akasztót béleljük erős vászon vagy ripsz szalaggal. A táska lehet egyszínű, de jól mutat — különösen nyáron — sokféle színnel.

Utoljára hagytuk a fürdőszoba falára akasztható illatszeres és kozmetikai szerek tárolására alkalmas táskát. Csempefalra, szaküzletekben kapható műanyag akasztóra függesztjük. A textilből készült „polc" mosóanyagból készüljön. Béleljük egészen vékony habszivaccsal. A széleken varrjuk le az anyagot, keretet alkotva. A zsebeket tetszés szerinti méretekben helyezzük el aszerint, mit akarunk bennük tárolni. A zsebek készülhetnek egyszínű anyagokból, de zsebenként változtatni is lehet az anyagot, a mintázat szerint.

A zsebek felvarrásához — ha kézzel varrjuk — használjunk gomblyukselymet.

Tél

A mellény

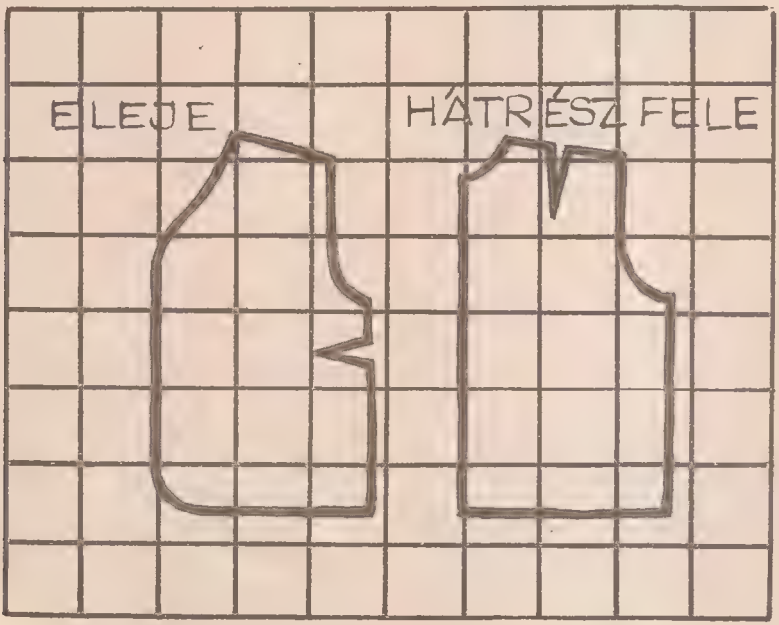
A téli réteges öltözködés fontos darabja a mellény. Ez alkalommal először egy maradékokból összeállított mellényt mutatunk be.

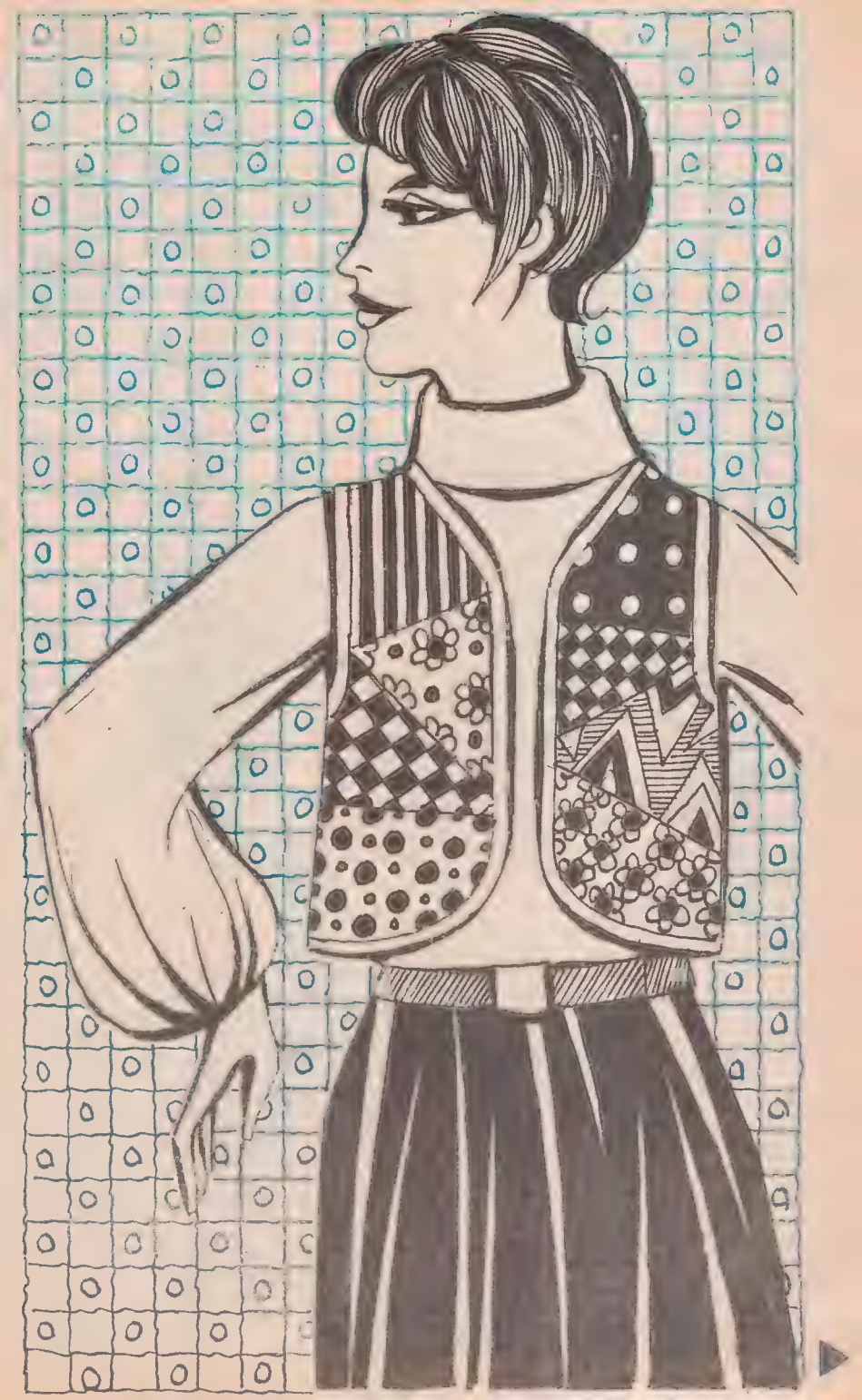
Hozzávalók: egyazon minőségű anyagból való (flanell, pamut, karton) maradék textildarabok, és egy és fél méter flanell.

Készítsünk csomagolópapírra szabásmintát. A bemutatott méret 160 cm testmagasságú alaknak felel meg. A kockák mérete 10 cm. A színes, virágos, de egymáshoz illő mintás anyagokat szabálytalan méretre vágjuk és szálirányban ráférceljük a szabásmintára. A papírra helyezett anyag nagyobb legyen, mint a papírméret. Ha a színeket és formákat ilyen módon összeállítottuk, összeférceljük azokat, majd összevarrjuk. Csak ezután szabjuk ki a mellényt, természetesen legalább két centiméterrel nagyobbra, mint a papírrajz. Bélésnek legjobb, ha semleges színű flanelldarabot veszünk. Ha a flanell 90 cm széles, akkor egy és fél méter elegendő a szegéshez és a béléshez. A mellényt és a bélést egyszerre, egyforma méretre szabjuk ki. Ezután összeállítjuk és összevarrjuk a mellény egyes darabjait.

A bélés anyagából ferde csíkokat vágunk; ezeket felvarrjuk a karöltőkre és körben az egész mellényen. Bal felére visszahajtva beszegjük a mellényt. Az összevarrott bélést azután varrjuk be, miután előzőleg pontosan felférceltük.

Ha valakinek ideje és türelme van kockásra steppelheti géppel vagy kézzel varrva a mellényét. De csak akkor, ha előzőleg nagyon pontosan, centiméterrel kiméri a vonalak egymástól való távolságát, és pontosan felférceli kis öltésekkel az anyagra. Ne mulasszuk el, hogy szabás előtt a bélést, és a mellény anyagát forró vízbe áztassuk!



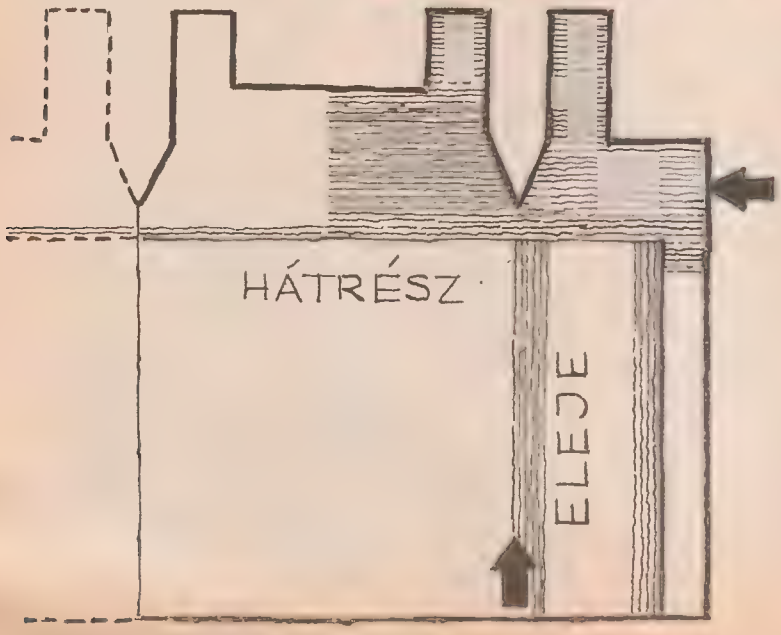


Még egyszerűbb a második mellény elkészítése, bár a kötés valamivel lassabban halad, mint a horgolás. Ez az ujjatlan mellény egy darabból áll. Huszonöt deka dupla szálú GÉSA fonalat vegyünk és hármas kötőtűt.

A szabásmintán jeleztük a kötés irányát. Tehát amint látjuk, az alsó rész elejeháta egy darabból áll. Próbánál ne felejtsük el, hogy az elején kb. 10 centimétert kell számítani a másik színnel kötött toldalékrészre.

Az alsó részt úgy kötjük, hogy öt sor színén — csak sima szemek legyenek, majd öt sor színén csak fordítottan. Így saját színéből csíkozott mintát kapunk.

Az alsó részhez színben hozzáillő részt rizskötéssel fejezzük be. Ügyeljünk arra, hogy a karkivágás ne legyen szűk! Ha a kötést befejeztük, vállban összevarrjuk, a toldalékrészen elöl, fent hurkot varrunk és egy rizskötéssel készült kb. 3 cm széles kötőt fűzünk a hurkokba. Ez fogja össze a két elejerészt.



Nemcsak nőknek...

de férfiaknak is

kellemes viselet egy sportos kötött garbó, kardigán vagy mellény. Elkészítéséhez az 50% gyapjú, 50% acryl összetételű Anita fonalat ajánlja a Temaforg!

Kapható a Temaforg textil- és fonalboltjaiban

Budapest, IV., Árpád út 21.
IV., Megyeri út 15.
V., Dimitrov tér 4.
V., Münnich F. u. 14.
VI., Dalszínház u. 10.

Építkezni akar?

Segítünk!

Az Építésügyi Tájékoztatási Központ (ÉTK a magánerőből építkezni kívánók segítése érdekében korszerű családiház- és nyaralóterveket hozott forgalomba.

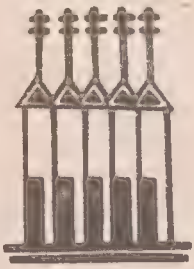
Ahhoz, hogy az építkezők minél könnyebben ki tudják választani a számukra legmegfelelőbb családiház, illetve nyaraló tervét, a tervekről katalógusok is kaphatók.

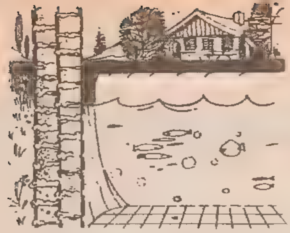
A katalógusokból való kiválasztáshoz szakmérnökök adnak tanácsot az ÉTK budapesti és hat vidéki nagyvárosban lévő információs irodáiban.

A katalógusok, illetve a tervek kaphatók és megrendelhetők a következő címeken:
Budapest, VII., Majakovszkij u. 7.
Győr, Eszperantó u. 28—34.
Kaposvár, Berzsenyi u. 3.
Pécs, Rákóczi u. 28.
Szeged, Marx tér, Ipari vásár.
Debrecen, Vörös Hadsereg útja 75.
Miskolc, Petőfi u. 5.

Finomkerámiaipari Művek

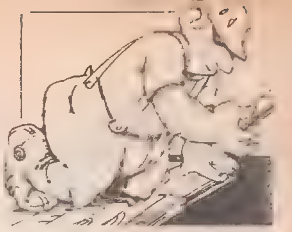
Budapest, Tárna u. 4. 1106.
Telefon: 573-111
Telex: 22-5746





Hidrolit 10
vízzáró habarcs

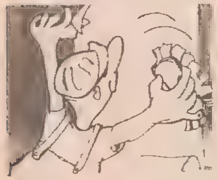
Bonobit H
oldószeres bitumenmáz



Bonobit S
parkettragasztó

Vliesin homlokzatképző

Ignis FKI
égéskésleltető hatású
felületkezelő szer



Tenax Rapid
papír- és papíralátétes
tapéták ragasztószere

Breplasta
belső felületi glettanyag

Magán-építkezők figyelem!

A KEMIKÁL
Mintaboltban
Budapest, VIII.,
Somogyi B. u. 22.
sz. alatt
megvásárolhatja
mindazokat
az építési
vegyianyagokat,
amelyekkel
új lakásának
építési munkáit
vagy
régi lakásának
felújítását
gyorsan,
jól,
szakember nélkül
elvégezheti!

KEMIKÁL

Szilikofób
víztaszító hatású
felületkezelő szer

Mykotox B
faanyagok gombásodás
és rovarkártevők elleni
védőszere

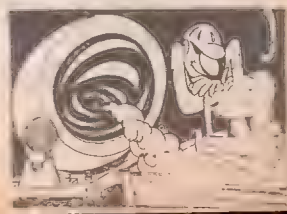
Szileton R
por alakú csemperagasztó

Kencés üvegező tapasz

Resolit 131
vízzáró cementhabarcs
kiegészítő anyag

Kalcidur NV—3
beton szilárdulásgyorsító
és fagyásgátló

Tricosal N
beton- és habarcs-
folyósító anyag



Hantos János:

Vázlat a Magyar Vöröskereszt 100 éves fejlődéséről

Henry Dunant kezdeményezése alapján 1863-ban megalakult a Vöröskereszt Nemzetközi Bizottsága és 1864-ben 12 ország kormányának képviselői aláírták az első Genfi Egyezményt. Az Osztrák—Magyar Monarchia 1866-ban csatlakozott a genfi egyezményhez és bécsi székhellyel létrehozta önkéntes segélyszervezetét.

Megalakulás

A magyar kormány is helyeselte az önkéntes egészségügyi szolgálat megszervezését, de csak a bécsi központtól független magyar szervezet létrehozását támogatta. Az eltérő vélemények egyeztetése után, I. Ferenc József 1880. október 12-én hagyta jóvá az egylet megalakítására vonatkozó javaslatot, majd az 1881. május 16-ra összehívott alakuló közgyűlés kimondta a Magyar Szent Korona Országai Vörös-Kereszt Egyletének megalakulását. Ugyanezen a napon ülésezett a Magyar Országos Segélyező Nőegylet közgyűlése is, és elhatározta a Vörös-Kereszt Egylettel történő egyesülést. A Magyar Tudományos Akadémia dísztermében másnap tartott együttes közgyűlésen megtörtént az egyesülés. A központi választmány elnöke gróf Károlyi Gyula, társelnöke gróf Zichy Nándorné lett. A Vöröskereszt Nemzetközi Bizottsága 1882. január 20-án ismerte el az önálló magyar egyletet.

Az első egészségügyi program

A Magyar Szent Korona Országainak Vörös-Kereszt Egylete legfontosabb feladatának tekintette, hogy felkészüljön a háborúk kapcsán betöltendő feladatára. Mivel a monarchia hadserege közös volt, egyeztetni kellett az osztrák segélyszervezet vezetőivel a kölcsönösen vállalt kötelezettségeket. A magyar egylet vállalta, hogy háború esetén 10 tartalékkórházat, 10 sebesültszállító oszlopot és mozgó egyleti raktárat állít fel, 3 főmegbízottat és 100 megbízottat küld szolgálatba. Vállalta, hogy magyarországi vasút- és hajóállomásokra érkező sebesült és beteg katonákat kórházakba szállítja, sebkötöző csomagokat biztosít és szolgálatot tart betegüdítő és betegnyugvó állomásokon.

A vállalt kötelezettségek pénzügyi fedezetét sorsjegykölcsönnel biztosították. Jogot kaptak 4 millió forint értékű bélyeg- és illetékmentes sorsjegykölcsön kibocsátására. A tiszta nyereségből felépítették és 1884. október 19-én felavatták a királynéról elnevezett Erzsébet-kórházat. A pavilonrendszerben épült kórház nyolc barakkal kiegészült és a háború idején 800 sebesült és beteg katona ápolását és gyógyítását tudta biztosítani.

Az Erzsébet kórház területén ápolónői intézetet is építettek, amelyben megszervezték az intézményes ápolónőképzést. A hivatásos ápolónők képzése mellett speciális továbbképző tanfolyamokat rendeztek. Ilyen volt pl. az 1887-ben megrendezett hathetes tanfolyam, amelyen azok vehettek részt, akik kötelezték magukat, hogy háború esetén szolgálatot teljesítenek a Vörös-Kereszt Egylet tartalékkórházaiban. Azok részére, akik kolerás betegek ápolására vállalkoztak, 1893-ban tartottak hétnapos speciális tanfolyamot, 1901-ben pedig pestises betegek ápolásával foglalkozók részére szerveztek háromhetes tanfolyamot.

Az Erzsébet kórház

Az egészségügyi intézményhálózat létesítése mellett az egylet segítséget nyújtott a természeti csapások áldozatainak. A Győrben, Komáromban, Mohácson 1883-ban pusztító árvíz károsultjai pénzt, ruhaneműt és élelmiszert kaptak a Vörös-Kereszt Egylettől. Az Al-Duna mentén letelepített bukovinai székelyek élelmezését népkonyhák felállításával segítette. Jelentős volt közreműködése az 1886. évi kolerajárvány leküzdésében, 1891-ben pedig a Felvidéken ínségben élő lakosság javára szervezett segélyakciót.

A nemzetközi munka kezdetei

A Magyar Vörös-Kereszt Egylet képviselői első alkalommal 1884-ben vettek részt nemzetközi tanácskozáson, a Genfben megrendezett III. Nemzetközi Konferencián. Az egylet első nemzetközi akciója háborúhoz kötődött. A szerb-bolgár háború idején (1885-ben), a megkülönböztetés nélküli segítség jegyében,

A Vöröskereszt egyik ápolónői tanfolyama

A vöröskeresztes ápolónő szolgálatban

A vöröskeresztes ápolónő utcai ruhában

100 ágyas kórházat rendezett be Szerbiában; Bulgáriába pedig sebkötözőket és sebesültszállító oszlopot küldött. A Nemzetközi Bizottság felhívására az 1897. évi görög—török háború idején fehérneműt, gyógyszereket és kötözőanyagokat küldött a Görög Vöröskeresztnek és a Török Vörös Félholdnak. Az 1912—13-ban lezajlott balkáni háborúban 50 ágyas tábori kórházat és tábori kötözőhelyet működtetett a hadműveleti övezetben.

A VIII. Nemzetközi Konferencián (London, 1907) a magyar delegáció vezetője, Florence Nightingale tiszteletére, nemzetközi ápolónői kitüntetés alapítását javasolta, amit a IX. Nemzetközi Konferencia (Washington, 1912.) határozattá emelt. Első alkalommal az első világháború után, 1920-ban, 51 különböző nemzetiségű ápolónő — köztük Apor Gizella és Durkó Ilona — kapta meg a Florence Nightingale kitüntetést.

Az első világháború

Az első világháború kitörése után — mihelyt a hadvezetőségtől felszólítást kapott — a Vörös-Kereszt Egylet vezetősége összes tábori alakulatait a harctérre küldte.

A tábori alakulatok frontra indítása után az egylet pénz- és természetbeni adományokra szólította fel az ország lakosságát, miután a kormány nem látta el megfelelően a háborúba induló katonákat.

A Vörös-Kereszt Egylet vezetősége által a frontra küldött tábori egészségügyi alakulatok száma az 1917. év végén: 3 tábori kórház; a sebészcsoport egy kórháza és két sebészkülönítménye; 3 kórházvonat, 6 segélyvonat; 185 sebesültszállító kocsi, 20 segélyhely, 2 üdítőállomás és 900 főből álló tábori ápolónői személyzet. Ezen kívül 3 tábori raktár, 8 fiókraktár. Az ország területén működött 7 tartalékkórház és 590 kisegítő kórház összesen 54 347 ággyal.

A Vörös-Kereszt Egylet felállította az elesettekről és sebesültekről értesítést adó Tudósító Irodát, majd később a „Hadifoglyokat Gyámolító és Tudósító Hivatal"-t. A Tudósító Iroda kapcsolatot tartott fenn a budapesti és vidéki kórházakkal, rendszeresen bekérte tőlük az odaérkezett sebesültek névsorát. Bizottságot hozott létre a rokkantkérdés rendezésére és a lábadozó betegek elhelyezésére. Külön osztályt szervezett a harctérről érkező kórház- és segédvonatok fogadására, a fővárosi sebesültszállítás biztosítására, valamint a vasútállomásokon végzendő üdítőszolgálat ellátására.

A Vöröskereszt sebesültszállító kocsijai

A háromszögű kendőre rányomtatták, hogy mi mindenre lehet felhasználni

Az 1918—19-es forradalmak

A Magyarországról besorozott katonák közül 660 ezer vesztette életét az első világháborúban. Több mint 730 ezer ember esett hadifogságba, több százezernyi volt a rokkant és a fronton szerzett betegségben a háború után elhunytak száma. A társadalmi feszültség a végsőkig kiéleződött. A magyar nép nem akart idegen érdekekért harcolni és fiai életét áldozni. Érthető, hogy a kibontakozó forradalmi mozgalmakban legaktívabban a katonák vettek részt.

A forradalmi változások hatására a Vörös-Kereszt Egylet központi igazgatósága 1918. november 22-én kelt körlevélben arról tájékoztatta a választmányokat és a fiókegyleteket, hogy: „... az egylet hivatalos címét következőleg állapítja meg:

Magyar Vörös-Kereszt Egylet...

A tagsági jelvény is megváltozik, amennyiben a magyar korona a jelvényen nem maradhat..."

November végén felmentették tisztéből a Magyar Vörös-Kereszt Egylet királyi biztosát és Károlyi Mihálynét nevezték ki kormánybiztosnak, aki a központi választmány december 6-i ülésén megtartotta programbeszédét. Az őszirózsás forradalom utat nyitott az ország demokratikus fejlődésének. Ennek keretében megkezdődött a Vörös-Kereszt Egylet újjászervezése is. A tényleges kibontakozásra azonban nem volt idő. A történelmi események felgyorsultak. 1919. március 21-én megalakult a Magyar Tanácsköztársaság, amely rövid fennállása alatt számos intézkedést tett az egészségügy és a szociális problémák megoldására.

A Vörös-Kereszt Egylet felügyelete a Népjóléti és Közegészségügyi Népbiztosság hatáskörébe került, amely 62. N. K. N. számú rendeletében előírta, hogy „mindenki és különösen a politikai és katonai hatóságok kötelesek a Magyar Vörös-Kereszt Egyletet, annak összes intézményeit, szerveit és személyzetét a semlegességet megillető elbánásban részesíteni, a semlegességgel együtt járó hathatós védelmet részére biztosítani és azt működésben támogatni."

A Vörös Ujság 1919. március 27-i száma arról számolt be, hogy „A Magyar Vörös-Kereszt Egylet Hadifoglyokat Gyámolító és Tudósító Hivatalának személyzete szakszervezetté alakult és egyhangú lelkesedéssel elhatározta a proletár uralomhoz való csatlakozást."

A magyar dolgozók első szabad állama, a Tanácsköztársaság nem tudott megszilárdulni. A külföldi intervenció és a hazai ellenforradalom katonai túlereje vérbe fojtotta a szocialista forradalmat. Ez visszavetette az ország fejlődését és hosszú időre megbénította a Magyar Vörös-Kereszt Egylet munkáját.

Az ellenforradalmi korszakban

Az ellenforradalmi korszak első éveiben az volt az uralkodó vélemény, hogy a háború befejeztével nincs létjogosultsága a Vörös-Kereszt Egyletnek. Az egylet működésében hanyatlás következett be. A világháború nemcsak felemésztette minden vagyonát, hanem nagymértékben eladósodott.

A munkanélküli proletárok és családjaik nyomorúságos helyzete arra késztette a Vörös-Kereszt Egylet vezetőit, hogy nyomorenyhítő feladattal létrehozzák a központi szociális osztályt. Pénzügyi forrásaik nem voltak, ezért gyűjtéseket és „jótékonysági" akciókat szerveztek.

Az egylet szociális munkája azonban nem fejlődött országos méretűvé és nem tudott érdemleges segítséget adni a nincstelenek sokaságának.

A Tanácsköztársaság leverése után számos ápolónő kilépett az egylet kötelékéből, ezért nem volt képes megfelelő számú ápolónővel ellátni azokat a klinikákat és kórházakat, amelyekkel szerződéses kötelezettsége volt. Kedvezőtlen pénzügyi helyzete miatt pedig az ápolónőképzést nem tudta folytatni. A Vöröskereszt Társaságok Ligája felajánlotta támogatását, amely lehetővé tette, hogy az egylet 3 éves ápolónőképző iskolát létesítsen Budapesten, amelyben 1923 telén megkezdődött az oktatás.

A Liga kezdeményezésére megszervezték a Magyar Ifjúsági Vöröskeresztet, amely 1921. február 9-én megkezdte munkáját. A kormány támogatta az Ifjúsági Vöröskereszt szervezését és saját politikai céljai szolgálatába állította.

Az ifjúsági vöröskeresztes csoportok működésének azonban voltak pozitív vonásai. Fontos feladatokat vállaltak az egészségnevelés, a munkára nevelés terén és közreműködtek az emberbaráti érzések, tulajdonságok fejlesztésében, jótékonykodásra neveltek. Az Ifjúsági Vöröskereszt szép kezdeményezése az „Anyák napja" megrendezése Magyarországon. 1933 májusában Pesterzsébeten avatták fel az Ifjúsági Vöröskereszt által kezdeményezett Anyák szobrát.

A Vöröskereszt XIV. Nemzetközi Konferenciájának (Brüsszel, 1930) javaslatára megkezdődött a közúti elsősegélynyújtó szolgálat kialakítása. A feladat megoldására 1933-ban létrehozták a Vörös-Kereszt Egylet mentésügyi osztályát. Az ország főútvonalai mentén, a hatóságok által átengedett épületekben segélyhelyeket létesítettek. A munka eredményes volt és 1940-ben már 928 országúti elsősegélynyújtó állomás működött.

A vízi mentés a közbiztonsági szervek feladata volt. A megelőzésben azonban részt vett a Vörös-Kereszt viharjelző szolgálata. A balatoni viharjelző szolgálat 1935 májusában kezdte meg működését, 16 állomással. A dunai mentő- és viharjelző állomás közül a római-parti központi mentőállomás volt a legjobban felszerelve.

A légi mentő-, elsősegélynyújtó és betegszállító szolgálatot a Budapesti Sportegyesület bázisán 1937-ben hozták létre.

A második világháborúban

A fasizmus európai térhódítása előrevetítette a második világháború kirobbantását. Az új háborúra készülődés fokozta a magyar kormányzat érdeklődését a Vöröskereszt iránt és jelentős költségvetési támogatást biztosított számára.

Az 1940-ben elfogadott alapszabály kimondta, hogy a Magyar Vöröskereszt — háború esetén — a honvédség egészségügyi szolgálatának kisegítő szerve. Háború esetén a kormányzó kinevezi a Magyar Vöröskereszt elnökét az önkéntes egészségügyi szolgálat kormányzói biztosává. Ezzel egyidőben megalakul a Magyar Vöröskereszt megbízotti kara, amely együttműködik a hadvezetőséggel.

A Magyar Vöröskereszt 1940-ben 6500 mozgósítható kórházi ággyal és csaknem 2000 üdülőintézeti férőhellyel rendelkezett. A fiókegyleteket utasították újabb hadikórházak felállítására és működőképessé tételére. Készenlétbe helyezték a Vöröskereszt három kórházvonatát. Erőteljesen fokozták az önkéntes ápolónők kiképzését. A Vöröskereszt felkészülési tervében szerepelt a véradó központ megszervezése, amely 1939-ben kezdte meg munkáját. A tömeges véradást nem tudták azonban megoldani.

Amint a magyar kormány, a fasiszta Németország oldalán, belépett a második világháborúba, a Magyar Vöröskereszt a hadvezetőség rendelkezésére bocsátotta minden egészségügyi intézményét és felszerelését.

A korabeli szakvélemények elismeréssel szóltak a vöröskeresztes kórházvonatok munkájáról. Több tízezer magyar sebesült katona nekik köszönhette életét és hazaszállítását. A Vöröskereszt hadi-

Az ifjúsági vöröskeresztesek által kezdeményezett Anyák szobra

egészségügyi intézményeit eredetileg a hátországban létesítette, de már 1941 nyarától egyre több hadikórházat telepített az ország határain túlra. A sebesültek szervezettebb hazaszállítása érdekében a Magyar Vöröskereszt kirendeltségeket létesített a megszállt szovjet és lengyel területeken.

Az egészségügyi intézményhálózat bővítése fokozódó pénzösszegeket követelt. A kormány nem volt képes megfelelően gondoskodni hadseregéről, ezért a Vöröskereszt útján ismételt társadalmi gyűjtéseket, rendezvényeket szervezett. Feláras postabélyegeket adtak ki és egyéb módon is a társadalomra hárították a hadviselés jelentős költségeit.

1942-ben a Magyar Vöröskereszt kezelésében — az ország területén és a határon túl — 41 hadikórház és 11 elbocsátó (üdülő) működött mintegy 9 ezer ággyal, 1944 tavaszán az intézmények száma 68 volt, az ágyak száma megközelítette a 17 ezret.

A nyilasok 1944. október 15-i hatalomátvétele után az egylet vezetői nem tudták, de nem is akarták ellátni azokat az emberiességi feladatokat, amelyek a genfi egyezményekből adódnak. A központi igazgatóság Budapestről Szombathelyre helyezte át székhelyét és elvesztette kapcsolatát a városi, kerületi, körzeti, járási és községi fiókegyletek intéző bizottságaival. Az egylet vezetői közreműködtek abban, hogy a Vöröskereszt vagyonát a nyilasok elherdálják, 25 hadikórházat, 11 tábori kórházat, 7 üdülőállomást, 10 egyéb vöröskeresztes intézményt és 12 kórházvonatot nyugatra hurcoljanak. A központi igazgatóság több tagja, a visszavonuló fasiszta csapatokkal Ausztriába, ill. Németországba ment és a háború befejezése után sem tért vissza.

Lengyel menekültek

A hitleri Németország villámháborújában Lengyelország 1939. szeptember közepére gyakorlatilag összeomlott. A déli országrészek, közöttük a magyar—lengyel határ térsége néhány napig még lengyel ellenőrzés alatt maradt. Erre tartottak a lengyel katonák és a németek elől menekülő lengyel lakosok tízezrei. Az első menekültek 1939. szeptember 10-én léptek át a magyar határt és a következő hónapokban 140 000 katona, illetve polgári személy érkezett Magyarországra. A katonák többsége még 1939-ben elhagyta az országot.

A Magyarországon maradt menekültekről való gondoskodásban jelentős szerepet vállalt a Magyar Vöröskereszt. Közreműködésével alakult meg 1939 szeptemberében a Magyar—Lengyel Menekültügyi Bizottság. A Magyar Vöröskereszt Egylet lengyel osztályt állított fel, melynek feladata a menekültek eltűnt családtagjainak felkutatása, levelezések és üzenetek közvetítése stb. volt. A Vöröskereszt Nemzetközi Bizottsága támogatásával 82 polgári és katonai tábort tartott fenn, illetve közreműködött ellátásában. A Magyar Vöröskereszt szervezetén belül létrehozták a Lengyel Vöröskereszt magyarországi kirendeltségét, amely nagy munkát végzett a második világháborúban.

A lengyel menekülttáborok orvosi és egészségügyi feladatait a Magyar Vöröskereszt keretében működő lengyel orvosok csoportja látta el. A táborok rendelőit, betegszobáit és elkülönítőit a Magyar Vöröskereszt szerelte fel berendezési tárgyakkal, biztosította megfelelő gyógyszer- és kötszerkészletüket. Győrben 140 ágyas lengyel kórházat állítottak fel, amelyhez több intézmény tartozott: az 50 ágyas letkési egészségház, az ipolyszalkai belgyógyászati, a szentesi ideg-, a mátraházai tbc-osztály és a keszthelyi aggok háza. Több fővárosi és vidéki kórházban a sürgősségi alapon bekerülő lengyel betegek miatt lengyel orvosokat is alkalmaztak.

A magyar történelem talán legsötétebb időszakában, Szálasi Ferenc rémuralma alatt a német megszállók és a magyar nyilaskeresztesek semmibe vették a genfi egyezményeket és a Nemzetközi Vöröskereszt sérthetetlenségét. Több helyen betörtek a lengyel táborokba és elhurcoltak lengyel polgári és katonai menekülteket.

A felszabadulás első évei

A felszabadító szovjet csapatok 1944. szeptember végén léptek Magyarország területére. A háború pusztításától sokat szenvedő és kifosztott ország népe gyorsan talpra állt és a felszabadult országrészekben létrehozta demokratikus néphatalmi szerveit.

Az ideiglenes kormány felismerte a Vöröskereszt jelentőséget és ideiglenes ügyvezető igazgatót bízott meg a Magyar Vöröskereszt újjászervezésével. A

fegyverletételi szerződés alapján az összes magyar katonai egészségügyi felszerelést és intézményt a Magyar Vöröskeresztnek kellett átadni, ezért a kormány érdekében állott az egylet mielőbbi normális működése. Fontos szerepet szánt a Vöröskeresztnek a külföldre menekült magyarok hazatelepítésében, a hadifoglyok, sebesültek és elesettek felkutatásában, valamint a politikai okok miatt külföldre hurcolt magyar állampolgárok hazahozatalában, de a külföldre szállított egészségügyi felszerelések visszaszerzésében is.

Az újjászervezést több tényező nehezítette: a) a Vöröskereszt itthon maradt vezetői várakozó álláspontot foglaltak el, többen a politikai reakcióhoz tartoztak és erkölcsi magatartásuk is kifogásolható volt; b) a széthullott struktúrában nem volt konstruktív, a demokratikus átalakulást szervező erő; c) a Vöröskereszt anyagi javainak jelentős részét kivitték az országból.

A demokratikus magyar kormány arra törekedett, hogy a nyugatra hurcolt egészségügyi felszereléseket — más javakkal együtt — visszaszerezze. Olyan határozat született, hogy a Magyar Vöröskereszt kirendeltségeket szervezzen Ausztriában és Németországban. Erre azért is szükség volt, mert a nyugatra menekült nyilas vöröskeresztesek kapcsolatokat létesítettek a nyugati megszálló hatalmak Vöröskereszt-képviselőivel és támogatásukkal illegális magyar kirendeltségeket szerveztek és a magyar menekültek támogatása ürügyén visszaélések sorozatát követték el.

A Magyar Vöröskereszt miniszteri biztosa Bécsbe utazott, ahol a Vöröskereszt Nemzetközi Bizottsága képviselője segítségével sikerült elérnie, hogy a szövetséges hatalmak által megszállt területeken működő magyar kirendeltségeken csak olyan alkalmazottak dolgozhattak, akiknek a Magyar Vöröskereszt miniszteri biztosa által aláírt igazolványa volt.

1945. szeptember 10-től 1946. július 12-ig — az Osztrák Államvasutak kimutatása szerint — összesen 333 211 hazatérő magyar lépte át az osztrák—magyar határt. A nyugatra került hadifoglyok, internáltak és polgári menekültek többségének hazatérése után fokozatosan felszámolták a külföldi kirendeltségeket. Az utolsó vöröskeresztes misszió 1947 tavaszán tért vissza Magyarországra.

Nemzeti Segély

Az ország teljes felszabadulása előtt az Ideiglenes Nemzeti Kormány egyik legnagyobb feladata a közellátás megszervezése volt. A kormány nem tudott támaszkodni a szétzilált Vöröskeresztre, ezért a Magyar Kommunista Párt javaslatára létrehozták a Nemzeti Segélyt.

Budán még dörögtek az ágyúk, amikor a Nemzeti Segély szegedi bizottságának első élelmiszer-szállítmánya megérkezett Pestre. Megindultak az élelmiszerrel megrakott szerelvények Debrecenből, Nyíregyházáról és más alföldi városokból is.

A Nemzeti Segély legfontosabb feladatának tekintette a magukra maradt, kóborló gyermekek védelmét. 1945. február 20-án már 15 fővárosi gyermekotthon több mint ezer lakóját vette pártfogásába. Budapesten és környékén népkonyhákat és gyermekétkeztető helyeket szervezett. Terhes- és kisgyermekes anyák ellátását tejkonyhák létesítésével segítette. A szó szoros értelmében életmentést jelentett a Nemzeti Segély akciója, amelynek keretében a hajléktalanná vált fővárosi családok gyermekeit 3—6 hónapra vidéki családoknál helyeztek el, és ily módon 20 ezer gyermekről gondoskodtak.

A Nemzeti Segély nagy érdeme, hogy az éhínség leküzdése után, programjába vette a tbc elleni harcot. A felszabadulás előtt évente 12—14 ezer gyermek és felnőtt halt meg tüdőbajban, a fertőző betegek száma pedig elérte az 50 ezer főt. A Nemzeti Segély 1945 májusában 50 ágyas gyermek-tüdőszanatóriumot létesített a Szabadsághegyen, majd további fejlesztéssel 180 ágyas intézményben segítette elő a tbc-s gyermekek gyógyulását. 1948 tavaszán már 182 különböző intézményt tartott fenn, amelyekben csaknem 15 ezer gyermek neveléséről, ellátásáról, gyógyításáról gondoskodott.

Az ország népi demokratikus fejlődése, a politikai és gazdasági viszonyok javulása időszerűvé tette a Nemzeti Segély és a Vöröskereszt egyesülését. A Vöröskeresztben is végbemenő változások szükségtelenné tettek két hasonló társadalmi szerv párhuzamos működését. A Nemzeti Segély 1948. május 23-án tartott küldöttközgyűlése úgy döntött, hogy beolvad a Magyar Vöröskeresztbe.

A Nemzeti Segély egyik plakátja

Demokratikus átalakulás

A népi demokrácia megszilárdulásával és fejlődésével párhuzamosan változott a Vöröskereszt társadalmi szerepe. A kormány korszerű egészség- és szociálpolitikai törekvései arra késztették a Magyar Vöröskereszt vezetőségét, hogy 228 különböző intézményét 1949 januárjában felajánlja az államnak. Új társadalmi körülmények között, új feladatokat vállalt. Az egészségügyi felvilágosítás, az emberek egészségkultúrájának megalapozása, fejlesztése fő feladatává vált, és az állami egészségügyi ellátás társadalmi támogatására törekszik napjainkban is.

A Vöröskereszt demokratikus átalakulásában fontos esemény volt az 1951. április 14—15-re összehívott országos értekezlet, amelyen megvitatták a tömegszervezetté fejlődés feladatait.

Az egészségügyi ismeretterjesztésnek szervezett keretet adtak az „Egészségvédelemre kész"-tanfolyamok. Megkezdődött a véradók szervezése, az elsősegélynyújtás oktatása, meghirdették a munkahelyek, a lakóterületek és az iskolák higiéniás viszonyainak javítását szolgáló tisztasági mozgalmat és mindehhez szervezeti bázist teremtettek.

A Magyar Népköztársaság Elnöki Tanácsa 1955-ben törvényerejű rendeletet adott ki a Magyar Vöröskeresztről, amely kimondja, hogy „... a Magyar Vöröskereszt demokratikus tömegszervezet, amelynek feladata az egészségügyi viszonyok javításában és az egészségügyi kultúra fejlesztésében a magyar dolgozó nép tevékeny részvételének előmozdítása, továbbá hozzájárul az egészségügy területén a nemzetközi együttműködés fejlesztéséhez."

A rendelet kifejezte a Magyar Vöröskereszt tevékenységében bekövetkezett lényegi változásokat. Időszerűvé vált a tömegszervezetté fejlődő egyesület I. országos kongresszusának összehívása. Az 1956. évi ellenforradalom miatt azonban erre csak 1959-ben kerülhetett sor.

A Magyar Vöröskereszt tömegszervezet

Az I. kongresszus összehívása új szakaszt nyitott a Magyar Vöröskereszt történetében. Az Elnöki Tanács rendelete önmagában nem változtatta tömegszervezetté a Vöröskeresztet. Ez csakis hosszabb fejlődési folyamat eredményeként következhetett be. Az első kiemelkedő esemény ebben a folyamatban az I. kongresszus volt, amelyet 1959. május 9—10-én tartottak meg Budapesten.

A kongresszus megvitatta és elfogadta az országos vezetőség beszámolóját és határozati javaslatát, a Magyar Vöröskereszt alapszabályát, majd megválasztotta az országos vezetőséget és a számvizsgáló bizottságot.

A határozat felvázolta azokat a főbb feladatokat, amelyeket a Vöröskereszt azóta is időszerűnek tekint: — a lakosság egészségügyi kultúrájának emelését célzó ismeretterjesztés; a körzeti orvosok munkáját segítő házi betegápolás; a véradómozgalom továbbfejlesztése; az önkéntes ápolónőképzés újraindítása; az ifjúsági munka megalapozása; a polgári védelem részét képező egészségügyi csoportok szervezése. A szociális munka továbbfejlesztését olyan tennivalók ellátásában határozta meg a kongresszus, amelyek teljesítésével később kibontakozott a Vöröskereszt családvédelmi koncepciója. A határozat kezdeményező volt az alkoholizmus elleni felvilágosító és gondozó munkában. Állást foglalt az állami egészségügyi és szociális szolgálattal való szoros munkakapcsolat és a

többi tömegszervezettel való együttműködés mellett.

A kongresszus új alapszabályt fogadott el, mely tömören és a fejlődés lényegét tekintve helyesen megfogalmazta a Magyar Vöröskereszt jellegét, célját és annak elérése érdekében teljesítendő feladatait. A szervezeti felépítés és a működés elvei kifejezték a tömegszervezeti követelményeket. A Magyar Vöröskereszt fennállása óta először történt, hogy a tagságot képviselő küldöttek demokratikusan választották meg az országos vezetőséget.

Az elmúlt húsz évben fokozatosan bontakoztak ki és erősödtek meg a Vöröskereszt tömegszervezeti vonásai. Vöröskeresztnek a legfontosabb sajátossága, hogy nem foglalkozási ágak, nem is életkor szerint, hanem mindenfajta társadalmi megkülönböztetés nélkül, valójában a humánum alapján szervezi tagságát és tagjai tevékenységét. Működésében és fejlesztésében elsősorban erkölcsi tényezők játszanak szerepet. Az emberekben meglévő jóakaratra, segítőkészségre és önzetlenségre épít.

Társadalompolitikai szempontból is jelentős, hogy 12 900 alapszervezetében a lakosság 10,5 százaléka, 1 121 840 ember vállalt egyéni tagságot. A tagok és az aktivisták között megtalálható minden foglalkozási ág képviselője. Említésre méltó, hogy a választott vezetőségekben meghatározó szerepük van az orvosoknak és az egészségügyi dolgozóknak, az ifjúsági munkában a pedagógusoknak. Az alapszervezeti vezetőségek tagjainak 79,2 százaléka nő, ezért a Magyar Vöröskereszt úgy is beszélhetünk, mint a nők közéleti aktivitásának fontos szervezetéről.

Az 1977-ben megrendezett V. kongresszus óta a Magyar Vöröskereszt munkájának fejlődési íve további emelkedést mutat. A második évszázad küszöbén szilárd alapokon készülhet a jövőbeni feladataira. A szocializmus és az emberiesség gyümölcsöző kölcsönhatását elősegíteni, kiteljesedésén munkálkodni nemes vállalkozás. Ennek társadalmi jelentősége és erkölcsi értéke ad ösztönzést a Magyar Vöröskereszt tagjainak, hogy humánus cselekedetekkel formálják önmagukat, családjukat, környezetüket és tágabb közösségüket — a társadalmat.

Napjainkban a szervezetek a Magyar Vöröskereszt V. kongresszusa határozatainak végrehajtásán munkálkodnak

Szakasits Árpád:

Csecsemő álom

Klárikának

Lábujjhegyen oda osontam,
hol habfehér bölcsője állt.
A tompa fényben, néma
csendben
mesék arany lepkéje szállt.

Fölé hajoltam lesve, lopva:
milyen csodákra lel szemem?
A függönykét most
félrevontam,
s ámultam csak a kisdeden.

Mint bimbó a tavaszi fényben,
szelíd álmában mosolyog...
Mit álmodtál, te, csöppnyi
csöppség,
mitől nyílt ki a mosolyod?

Lesem, lesem a kedves titkot,
s ím: szájacskája cuppogat,
álmában is szopik a drága,
s küld felém mosolyokat.

Duzzadt emlőkről álmodik...
Csurranó édes anyatej!
s lágy kezekről, melyek
simogatják...
Megindultan surrantam el.

Várkonyi Katalin:

Csillaghullás

Parányi csillag, mélytűzű
Ráunt az égi rendre —
Örökké csak keringeni,
Mint fény körül a lepke...

„Merészet, újat akarok!
Szabadabb, frissebb táncot!
Járja, ki bírja, én unom.
Az égi eszterláncot.

A Hold, a kedves jóbarát
Nem haragszik meg érte,
Megnyergelem egy sugarát
S kirándulok az égbe".

De jaj! A szép kirándulás —
Siralmas lett a vége.
A Foldre pottyant, széttörött,
S kék csillag lett belőle.

Most már hiába keresem
A messzi kéklő égen, —
Azóta mindig ott ragyog
Anyám szelíd szemében.

Trizna István:

Borsó és borsó

Apró lányom beceneve: Borsó.
Ölében egy szakajtónyi borsó.
Segítőkész, borsófejtő Borsó!
Hová tűnik a kifejtett borsó?
Ha ily pákosztos vagy Borsó,
nem jut a levesbe borsó.

Borsó és a rend

Borsó lányom tanulékony szajkó,
Anyjától leshette el —,
nyolc éves bátyjával perel:
Endre! Ügyelj a rendre!
Azzal sáros lénye egészével,
s egy jól sikerült homok-süteménnyel,
dicseretért olembe fészkel...

Borsó és a hinta

Leng a hinta, leng,
ide-oda leng.
Borsó hajtja vísítással,
Anyja hajtja két karjával,
kalimpál az egész világ,
Leng a hinta, leng,
ide-oda leng.
házak, padok, gesztenyefák.

Mesék–Fejtörők–Barkács tanácsok

A farkas pipája

Francia népmese

Egyszer a róka a kunyhója előtt üldögélt, és nagyokat pöfékelve szívta a pipáját. Amikor szomszédja, a farkas a kunyhó előtt elmenve meglátta a pipázó rókát, megállt és csodálkozva megkérdezte.

— Mit csinálsz itt, róka szomszéd?

— Pipázom, farkas szomszéd.

— És jó dolog az a pipázás, róka szomszéd?

— Mi az hogy! Különben az emberek sem pipáznának.

— Igazad van, róka szomszéd. Nekem is meg kell próbálnom. Bárcsak nekem is lenne egy pipám!

— Szívesen segítek rajtad, farkas szomszéd. Az erdő szélén egy paraszt szánt. A tarisznyáját az út szélén hagyta. A nyakamat teszem rá, hogy találunk a tarisznyában pipát.

— Akkor menjünk oda gyorsan.

— Menjünk — felelte a róka, és az erdőszélre siettek. Valóban ott feküdt az útszélen a paraszt tarisznyája, alatta pedig egy puska.

— Nézd, micsoda szép pipa, farkas szomszéd! — kiáltott fel a róka, és a puskára mutatott. — Nagyobb mint az én pipám, ezzel még jobban lehet pipázni. Próbáld ki!

És a fegyvert a farkas mancsai közé nyomta.

— Most megtömöm és meggyújtom a pipát. Te csak tartsd a pipa végét erősen a szádba, és szívd be a füstöt.

A farkas erősen tartotta a puska csövét a szájában, a róka pedig elhúzta a ravaszt. Nagy durranás hallatszott, és a farkas nagyot pördült. A három legszebb foga oda volt.

— Ezt megkeserülöd, róka szomszéd! — üvöltötte dühében. — Ha a három legszebb fogam oda is van, azért maradt elég, hogy széttépjelek!

— Látod, farkas szomszéd, ez a hála a jóságomért. Meg akartam mutatni neked, hogyan pipáznak az emberek, és te szét akarsz tépni engem. Hát tehetek arról, hogy te nem szeretsz pipázni?

Fordította: Visnyovszki László

A héja és a tyúk

Fülöp-szigeteki népmese

Nagyon-nagyon régen az állatok éppen úgy beszéltek, mint az emberek. Élt abban az időben egy szép és fiatal tyúk. A héjának megtetszett a szép tyúk, a tyúknak pedig a héja.

— Itt ez a gyűrű, ajándékba hoztam neked — mondta a héja a tyúknak. A tyúk elfogadta a szép gyűrűt, amely nagyon megtetszett neki.

— A nyakamban fogom hordani — mondta a héjának. — És amikor megtanulok én is repülni, összeházasodunk.

A héja elégedetten elrepült.

Másnap a kakas meglátta a gyűrűt a tyúk nyakán.

— Honnan vetted ezt a gyűrűt? Dobd el azonnal! — parancsolta a kakas. — Hiszen mi menyasszony meg vőlegény vagyunk. Rajtam kívül senkitől sem szabad ajándékot elfogadnod!

A tyúk eldobta a gyűrűt. Kis idő múlva pedig a tyúk és a kakas összeházasodott.

Eltelt egy idő, és visszaérkezett a héja. Ajándékot hozott a tyúknak, de a tyúk már a kakas felesége volt, és nagyon megijedt a héjától. Ezért azután elrejtőzött a fűben.

A héja megtalálta a fűben rejtőzködő tyúkot. Azonnal észrevette, hogy a gyűrű nincs a nyakán.

— Hol a gyűrű, amelyet ajándékba hoztam neked? — kérdezte.

— Sétáltam és elvesztettem — felelte a tyúk.

A héja rájött, hogy a tyúk nem mond igazat. Követelni kezdte tőle a gyűrűt, de hiába. Honnan vehette volna elő a tyúk a régen eldobott gyűrűt?

A héja méregbe gurult, és azt mondta:

— Mától fogva ellenségek vagyunk! Te a csőröddel a földet turkálva fogod keresni a gyűrűt, amíg meg nem találod, én pedig vadászni fogok minden utódodra!

Fordította: Visnyovszki László

Három kisegér

Mongol népmese

Élt egyszer három kisegér, akik testvérek voltak. Egy tenyérnyi földet birtokoltak. Télen azonban befújta a kis birodalmukat a hó, s az egérkék sokat dolgoztak, hogy a havat ellapátolják. Lapátolás közben leltek egy darab szalonnát, akkorát, mint egy borsó.

— Jól őrizd meg! — szólt a két idősebb a legfiatalabbhoz, amint átadták a szalonnadarabot.

A legfiatalabb egérke őrizte a szalonnát, gyakran elővette, vizsgálgatta, meg is ízlelte. Aztán megint egy darabig vigyázott rá, majd újból elővette, s addig-addig kóstolgatta, míg egy morzsányi sem maradt belőle. Haragos lett a két bátyja. Alaposan elnáspángolták. Haragjuk így sem lohadt le, s bíróság elé vitték a dolgot.

A legidősebb egér a bíró színe elé lépett:

— Mi hárman testvérek vagyunk.

— Szép nagy család — vélekedett a bíró.

— Egy tenyérnyi földet tudunk magunkénak.

— Nem is kis gazdagság!

— Télen belepte a földünket a hó.

— Biztosan egy egész halom.

— Aztán hozzáfogtunk a hó eltakarításához.

— Nem könnyű munka!

— Találtunk egy darab szalonnát. Akkora lehetett, mint egy borsószem.

— Micsoda kincs!

— Legfiatalabb öcsénket biztuk meg őrzésével.

— Ahol érték van, ott őrzőnek is kell lenni!

— Ő pedig fölfalta az utolsó morzsáig.

— Micsoda falánkság.

— *Alaposan elnáspángoltuk ezért.*

— *Hm! S most mit követeltek?*

— *Azt, hogy a hó alól kerítsen elő egy ugyanekkora szalonnát!*

A bíró nevetett, s így szólt:

— *Ez rendben van, de a jog és az igazság szerint ebben az esetben az ütéseket, amiket a kis bűnös kapott, vissza kellene venni, s ezt ti kapnátok. Bizony ám! Így inkább azt ajánlom, menjetek csak békével haza.*

Fordította: Bassa Györgyné

Mese a kis sünről, akit meg lehetett simogatni

Orosz mese

Nincs olyan sün a világon, amelyik ne lenne tüskés. Annyi szúrós tüskéjük van a sünöknek, hogy még hozzájuk sem lehet érni. Megsimogatni őket pedig egyenesen lehetetlen. Nem is simogatta meg őket soha senki.

Azaz, egy kis sünt mégiscsak megsimogattak. Hogyan történt? Elmesélem.

A kis sün az erdőben kószált. Egyszer csak észrevett egy fatönkön. A tönkön egy nyuszi üldögélt, és tejbegrízt evett a tányérjából. És nem ám akárhogyan, hanem kanállal. Megette a nyuszi az összes tejbegrízt, és azt mondta:

— *Köszönöm, anyukám!*

A nyuszi mama odament hozzá, a mancsával megsimogatta és megdicsérte a kis nyuszit:

— *Ez aztán derék dolog! Milyen jól nevelt csemetém van nekem!*

A kis sün, akit még soha senki nem simogatott meg ilyen gyengéden, hirtelen elszomorodott. Annyira elszomorodott, hogy még sírva is fakadt.

A nyuszi mama meglátta, hogy a kis sün sír, és megkérdezte tőle:

— *Ki bántott téged?*

— *Senki nem bántott — felelte a kis sün.*

— *Hát akkor miért könnyes a szemed?*

— *Mert... brühühü... meg tetszett simogatni... brühühü a kis nyuszit.*

— *Téged talán nem szokott megsimogatni az anyukád?*

— *Nem szokott megsimogatni. Engem senki nem simogat meg.*

— *Megsimogatnálak én szívesen... ha nem lennél ilyen tüskés — sajnálta meg a nyuszi mama a kis sünt.*

— *Hát persze, hogy megsimogatna — szólalt meg a kis nyuszi is —, de a tüskéid megszúrnák a mancsát.*

— *És ha nem lennék tüskés? — kérdezte hirtelen a kis sün.*

— *Az egészen más lenne — mondta a kis nyuszi. — De hiszen az lehetetlen!*

— *Lehetséges! — kiáltott egy nagyot a kis süni. Összegömbölyödött, és kezdett ide-oda hemperegni a lehullott leveleken. A levelek rátapadtak a tüskéire, és a kis sün nemsokára egy tarka labdához hasonlított.*

Amikor ez a labda odagurult a nyuszi mamához, az először nem is értette, miről is van szó. De a süni kidugta a levelek közül fekete orrocskáját, és azt dünnyögte:

— *Ugye, most már egyáltalán nem vagyok tüskés?*

Nyuszi mama elmosolyodott, és megsimogatta a kis sünt:

— *Te vagy a legderekabb és legtalálékonyabb kis sün a világon! — mondta.*

Fordította: Visnyovszki László

Miért rövid a nyúl farka?

Szeged környéki népmese

Hol volt, hol nem volt, hetedhét országon is túl, élt egy kíváncsi nyulacska. Gondtalanul ugrándozott egész nap, ismerkedett a világgal.

Egy napon, megúnva már az ismerős erdőt, lemerészkedett a rétre. Abban reménykedett, hogy az egyhangú fakéregebéd helyett valami ízletesebb harapnivalót talál majd.

Ment, mendegélt, amíg a rétre nem ért. Itt pillantotta meg a rókát, aki a patak szélén ült és korgó gyomorral nézegette a jégbe vájt léket. Gondolta, csak erre úszik már egy hal, és akkor kikapja a vízből. De hiába. Ők a meder mélyén aludták téli álmukat. Hej, a nyulacska már fordult volna vissza, hogy meneküljön. De a ravasz róka odaszólt neki:

— Üdvözöllek nyulacska! Látom, bátor legény vagy. Ha kozelebb jössz, finom ebédhez juttatlak.

— Jó napot, róka bácsi — közelített óvatosan a kis tapsi. Pedig hej, a szülei hányszor mondták, hogy kerülje a róka társaságát!

— Na, gyere csak! Megtanítalak arra, hogyan kell halat fogni! Otthon még meg is dicsérnek a finom falatok láttán. Akarod?

— Akarom, hogyne akarnám! — így az éhes kis tapsifüles.

— Na, akkor figyelj ide ám! — folytatta a róka. — A lék elé ülsz és belelógatod a vízbe a farkadat. Erre úszik a hal, odakap, és te csak kiszeded a vízből. Annyit eszel, amennyi jólesik. A többit meg vidd haza. Es ne feledd, fo a türelem!

Na, a butus kis nyulacska így is tett. Ült, ült türelmesen. Hanem már nagyon fázott, hal meg nem jött, így el akart jönni a léktől, hogy ugrándozzon egy kicsit. De hiába, a farka már belefagyott a jégbe.

A róka meg csak erre várt. Így szólt a vergődő tapsihoz:

— Most megvagy, te buta kis nyúl! Ebédre eszlek meg téged.

Na, erre akkorát ugrott a szerencsétlen kis nyúl, hogy a farka is bentszakadt a lékbe. De azért sikerült megmenekülnie.

Hát azóta rövid a nyúl farka.

Kelemen Zoltán
gyűjtése

A béka és a holló

Tibeti népmese

Egyszer a holló kövér békát fogott. Csőrébe vette zsákmányát és a szomszédos ház tetejére repült vele, hogy zavartalanul elfogyaszthassa a finomnak ígérkező békacsemegét. De alig tette le a békát a háztetőn, az hangosan felnevetett.

— Mit nevetsz? — kérdezte tőle meglepődve a holló.

— Ó, semmit, semmit — felelte a béka. — Csak azon nevetek, milyen szerencse, hogy éppen ezen a tetőn lakik a testvérem. Te még nem tudod, hogy ő milyen erős és kegyetlen. Biztosan nem hagy majd bántani.

Nem tetszettek a hollónak a béka szavai a kegyetlen és erős testvérről. Elhatározta, hogy a biztonság kedvéért máshol eszi meg a békát.

A csőrébe vette a békát és átrepült a szomszédos ereszre. De a kövér béka még hangosabban kezdett hahctázni, csak úgy rengett a hasa.

— Hát most meg mit nevetsz? — kérdezte a holló mérgesen.

— Nem tudom, érdemes-e megemlíteni azt az apróságot, hogy éppen ebben az ereszcsatornában lakik a nagybácsikám, és ő még a testvéremnél is erősebb és kegyetlenebb.

Megijedt a holló, és úgy döntött, hogy inkább elrepül zsákmányával együtt a tetőről, ahol a békának olyan veszedelmes rokonai laknak.

Újra a csőrébe vette a békát, és elröpült vele a közeli kúthoz.

— Itt is laknak rokonaid? — kérdezte a békát.

— Nem, itt nincsenek rokonaim — felelte panaszos hangon a béka. Megnyugodott a holló, és hozzá akart látni a lakomához, de a béka így szólt:

— Ejnye, ejnye, nézd, milyen piszkos és tompa a csőröd. Igazán illendő lenne, hogy evés előtt megélesítsd és megtisztítsd. Látod ott azt a lapos követ? Éppen megfelel erre a célra.

— Igaz — gondolta a holló, és odaugrott a lapos kőhöz, hogy megélesítse és megtisztítsa a csőrét.

A békának se kellett több. Alig fordult el a holló, egy elszánt ugrással a kútba vetette magát.

Amikor a holló éles és tiszta csőrrel visszatért a kúthoz, a békának hült helyét találta. Végül a kút fenekén megpillantotta a békát.

— Hát te ott vagy? — mondta a holló kedveskedő hangon. — Gyere, most már tiszta és éles a csőröm.

— Mennék én szívesen, de nem tudok kimászni, gyere le ide inkább te, és itt egyél meg! — felelte nevetve a béka, és eltűnt a kút mélyén.

Fordította: Visnyovszki László

A kakas és a róka

Flamand népmese

A róka már régen szemet vetett a kakasra. A kakas jó nagy volt. A sarkantyúja éles, a csőre pedig nagyon erős. Nem volt egyszerű dolog megfogni őt.

Várjunk csak — gondolta magában a róka —, ha nem sikerül erőszakkal, megfoglak fondorlattal.

Egy szép napon, amikor a paraszt nem volt a láthatáron, belopta magát a róka az udvarra és így kiáltott:

— Jó napot, kedves kakas! Milyen jó, hogy itt talállak! Már hosszú idő óta szeretném elmesélni neked, hogy mennyire csodál téged mindenki az erdőben, a csodálatos kukorékolásodért. A hangod, mint a tiszta harangszó, elhallatszik jókora mérföldre. De mondd csak, igaz az, hogy csak nyitott szemmel kukorékolsz? Ha behunyod a szemed, úgy hangzik, mintha kiscsibék csipognának.

— Micsoda badarság! Nézz csak ide! — szólt a kakas és becsukta jól a szemét és kinyitotta a csőrét. De még egy hang sem jött ki a torkán, a róka máris a szárnyánál fogva megragadta és elfutott vele az erdőbe.

Az út a csűr előtt vezetett és éppen csépeltek. Ahogy a paraszt meglátta a rókát, szájában a kakassal, mindjárt odarohant a cséphadaróval.

— Jaj, jaj — siránkozott a kakas. — Jaj, róka, jaj! Agyonver a paraszt mind a kettőnket. Mondd neki azt, hogy én önként megyek veled.

A rókának nagyon tetszett a tanács, gondolkodás nélkül így kiáltott:

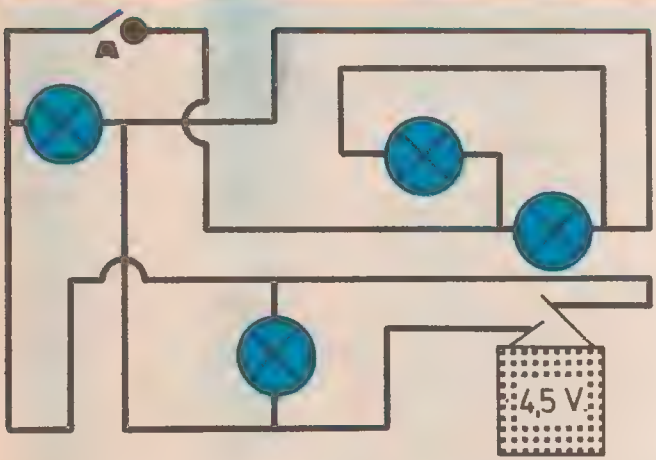
— Te paraszt, miért kergetsz minket, amikor a kakas önként jön velem?

Alighogy a száját kinyitotta, a kakas egy nagy frrr-szóval a kerítésre repült.

Ettől az időtől kezdve nem beszél többet a róka, ha kakast visz a szájában.

De a kakas sem hunyja le a szemét, ha róka van a közelben.

Fordította: Zoltán Aranka



Hány villanykörte világít, ha a kapcsoló nincs bekapcsolva, és mennyi világít, ha bekapcsoljuk?

Megfejtés:

(A 2-es és a 4-es)

□	□	×	6	:	3	−	□	=	2	0				
□	+	□	×	□	+	4	=	□	□					
□	:	2	+	□	×	□	=	□	□					
□	×	1	0	−	6	+	1	=	□	□				
2	0	+	□	□	+	□	□	+	□	□	=	□	□	

Az üresen hagyott négyzetekbe helyezzünk egy-egy számjegyet úgy, hogy a kijelölt feladatok elvégzése után az első függőleges oszlop eredménye megegyezzen az első vízszintes sor végösszegével (20), a második függőleges oszlop a második vízszintes sor összegével stb. A nulla, mint önálló szám nem fordulhat elő!

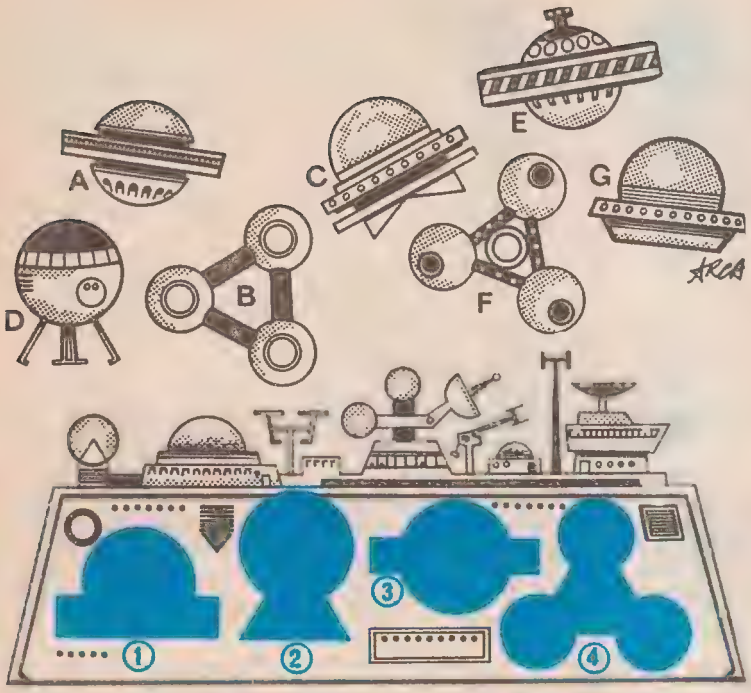
Megfejtés:

(Balról jobbra, fentről lefelé: 12, 4, 4, 6, 24, 2, 1, 6, 12, 2, 15, 24, 12, 15, 11.)

Milyen szám hiányzik a virág közepéből? Ha a megfelelőt megtaláljuk, akkor a szirmokkal együtt, átlós irányban a számok összege mindig ötven lesz.

Megfejtés:

(22)



Melyik különleges alakzat fér a műszerfal négy nyílásába?

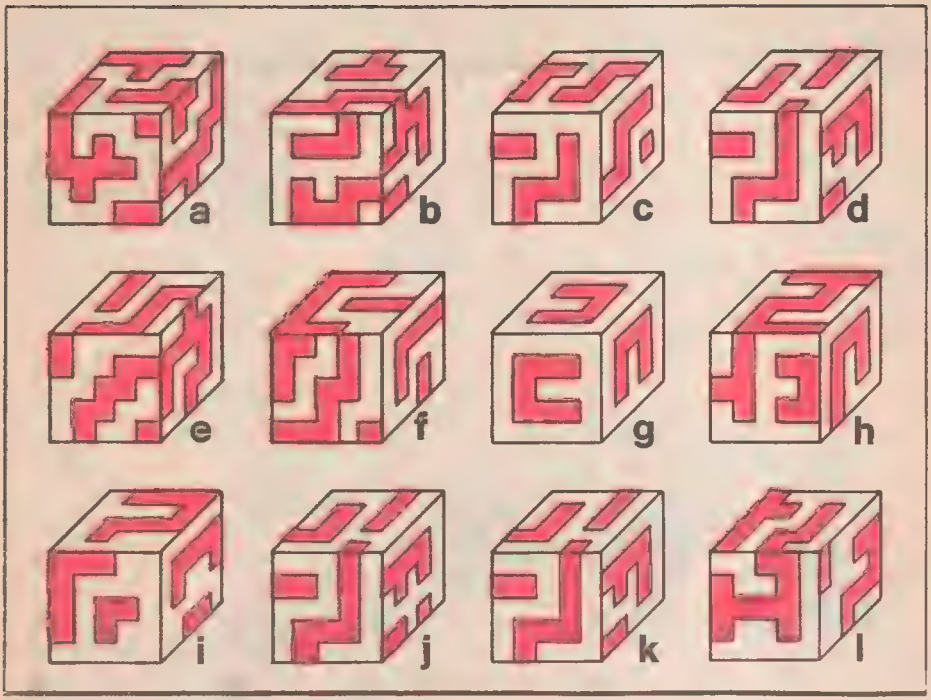
Megfejtés:

(1–C, 2–D, 3–A, 4–F)

Milyen alakzatot (síkformát) lehet összerakni az ábrarészek felhasználásával?

Megfejtés:

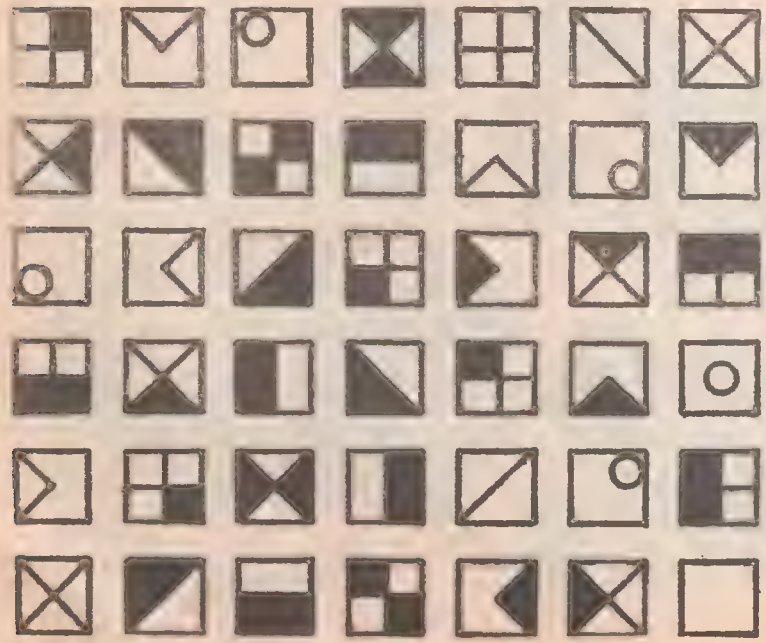
(Egy kört)



A tizenkét kocka közül melyik kettő egyforma?

Megfejtés:

(d, a k)



Melyik kettő egyforma?

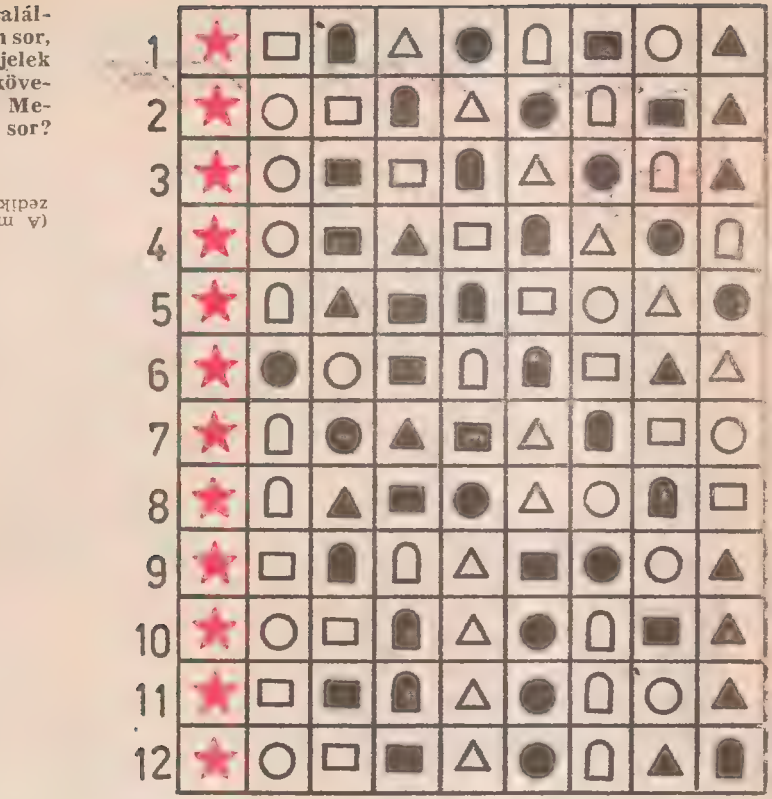
Megfejtés:

(A jobb felső és a bal alsó sarokban levő négyzetek)

Az ábrában található két olyan sor, amelyben a jelek egyformán követik egymást. Melyik ez a két sor?

Megfejtés:

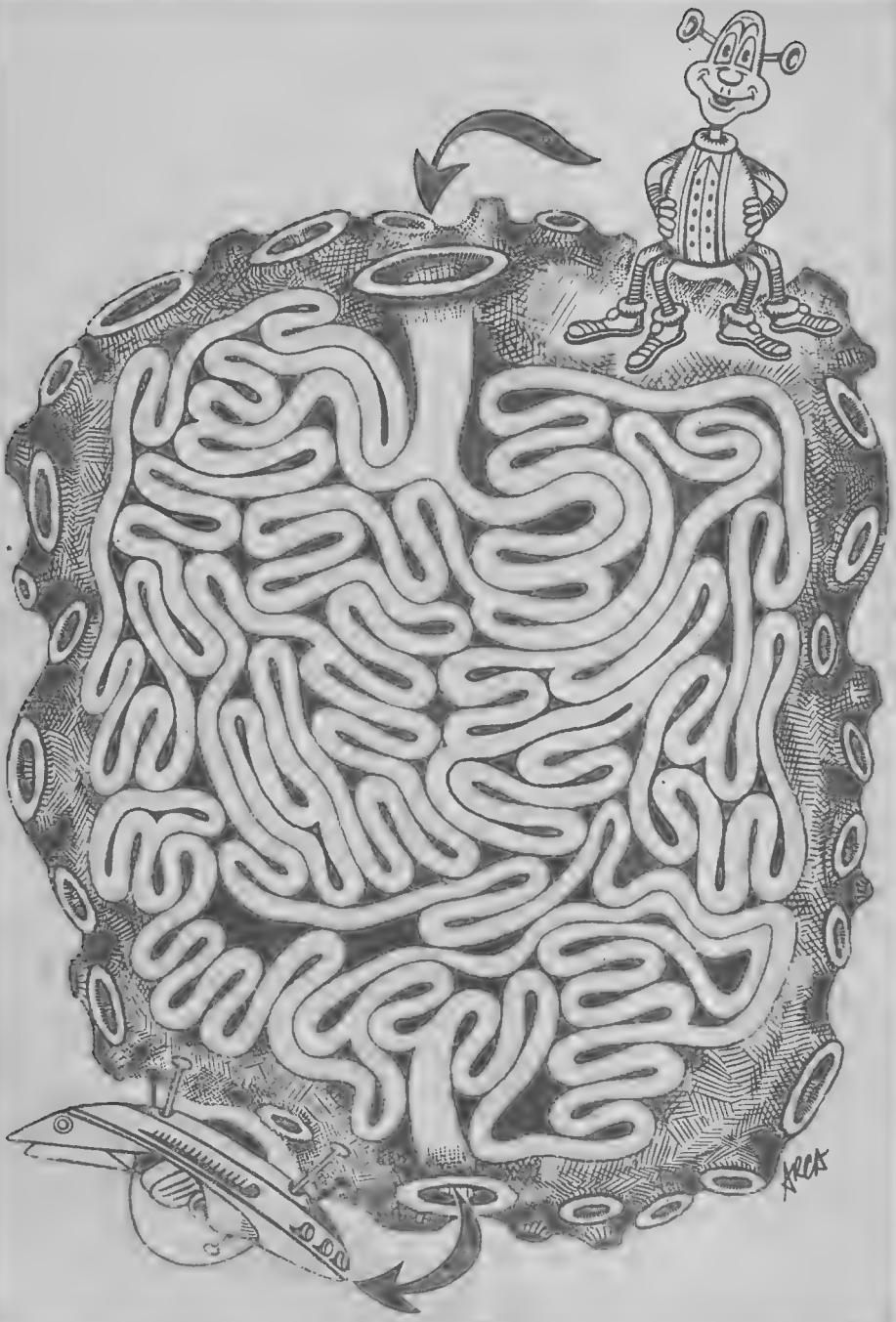
(A második és a tizedik)



A vékony pallókon, létrákon egyensúlyozó hölgy eljuthat-e a jobb oldalon lévő főépületbe?

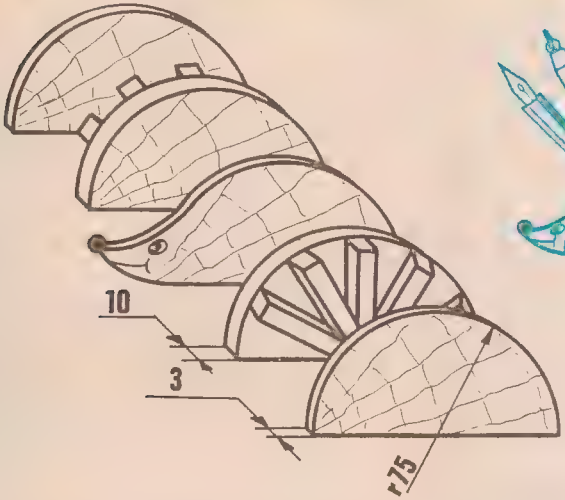
Megfejtés:

(Igen)



A híres francia rejtvényművész ARCA rajzolta ezt az útvesztőt. Segítsen a marslakónak visszatalálni az űrhajójához.

Ceruzatüskés sündisznó

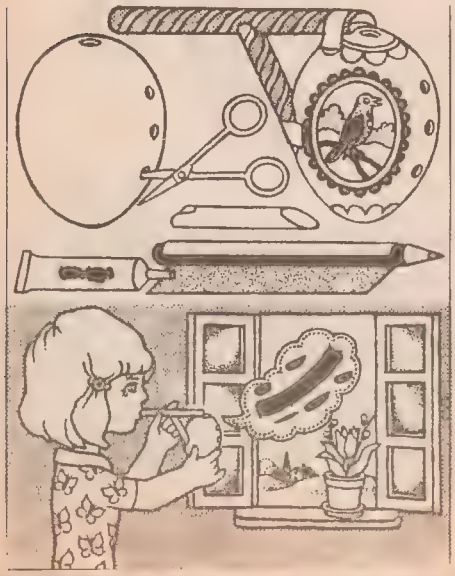


Sok gyermek, sőt felnőtt is íróeszközeit (toll, ecset, színes ceruzák) írás, rajzolás, festés közben az asztalon rendre szétszórja, s azok hol ide, hol oda gurulva leesnek, hegyük kitörik. Megelőzhető, ha az ábra alapján elkészítjük a praktikus íróeszköztartó sündisznót.

Anyagszükséglete: 1 db 200x100x3 mm-es, 2 db 160x80x10 mm-es, 2 db 160x80x3 mm-es rétegelt lemez és 750x10x10 mm-es léc. Továbbá enyv és az alapozáshoz színes tempera.

Elkészítése: Először a sündisznó alakot előrajzoljuk és lombfűrésszel kivágjuk. A munka meggyorsítása céljából a négy darabot összefogjuk, s a félkörivet a legfelsőre rajzolva egyszerre vágjuk ki. Kivágás után fareszelővel és csiszolópapírral méretre igazítjuk. Ezután a rekeszléceket szabjuk ki.

Összeállítása: A sündisznótestet összeenyvezzük, majd a száradás után reszelővel utána igazítjuk, csiszolópapírral gondosan elsimítjuk, lakkal színezzük. A ceruzatüskés sündisznó szemét fehér, a pupillát, a bajuszt és a tüskéket pedig fekete ragasztószalagból kivágva ragasszuk fel.



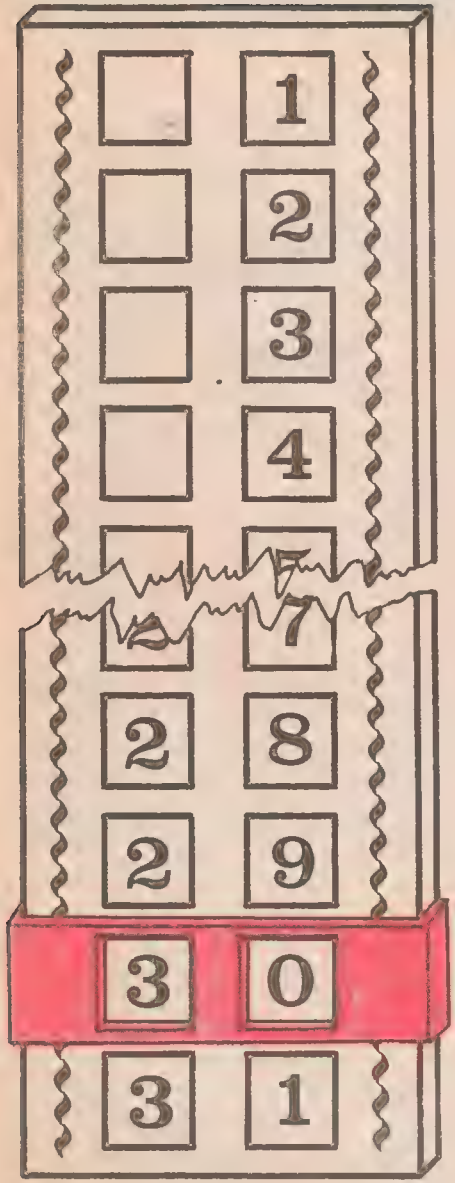
Tojásból viráglocsoló

Nyers tojásba fúrjunk az ábra szerint négy lyukat. (Ollóval vagy egy nagyobb szöggel.) Tányérba folyassuk ki a tojás belsejét, majd meleg vízzel mossuk ki. A szárazra törölt héjra a papírból készült fúvócsövet ragasszuk rá.

A felső nyíláson öntsünk vizet a „szerkezetbe", és máris kész a spriccelő, a vizet porszerűen locsoló készülékünk.

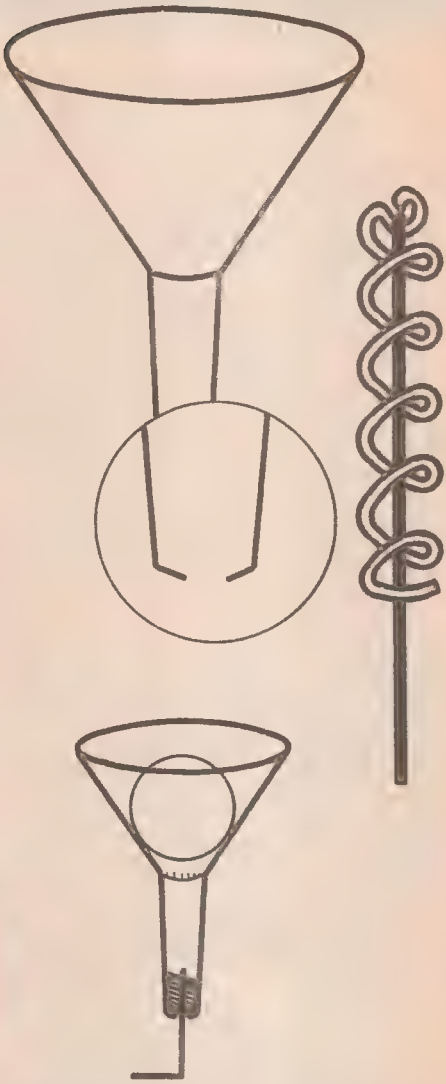
Használat után a felesleges vizet távolítsuk el, s a locsolót gondosan tároljuk (kis dobozban vagy nagyobb pohárban), mivel törékeny.

Öröknaptár



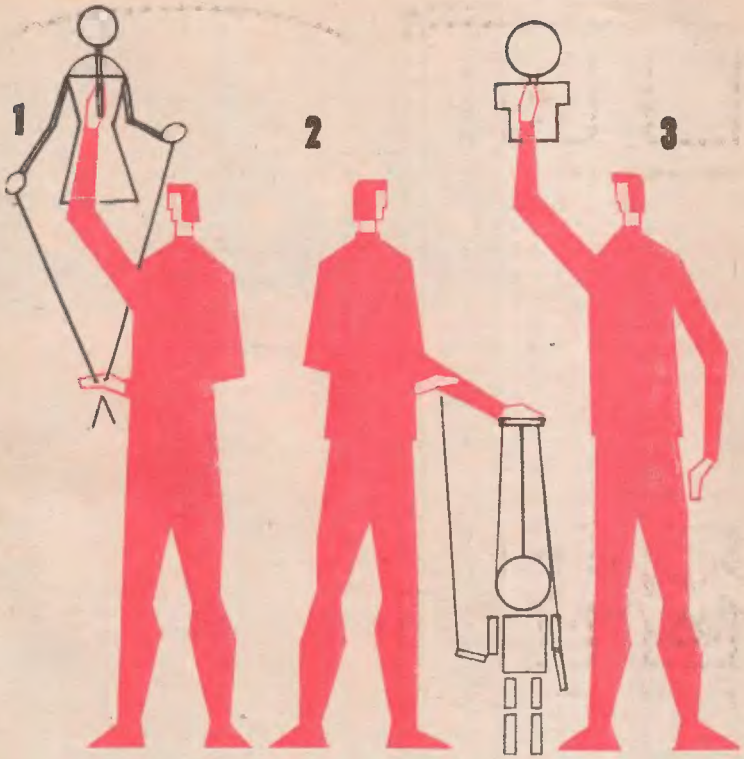
Ötletes módon készíthetünk öröknaptárt: 59x7-es plexilap az alap. Ennek megfelelő nagyságú naptárlapot vágjunk ki egy régi naptárból. A falinaptár számait, a napszámokat is vágjuk ki egyenletes kerettel. A kivágott naptárlapokat ragasszuk tetszőleges formára. Ha ez megtörtént, akkor az egészet rögzítsük ragasztóval a plexire. Ezután átlátszó fóliával készítsük el az ablakokat. 17x2,5-es plexivel fogjuk körül a naptárlapot, ebbe vágjunk ki egy nyílást, ami kiemeli a napszámot.

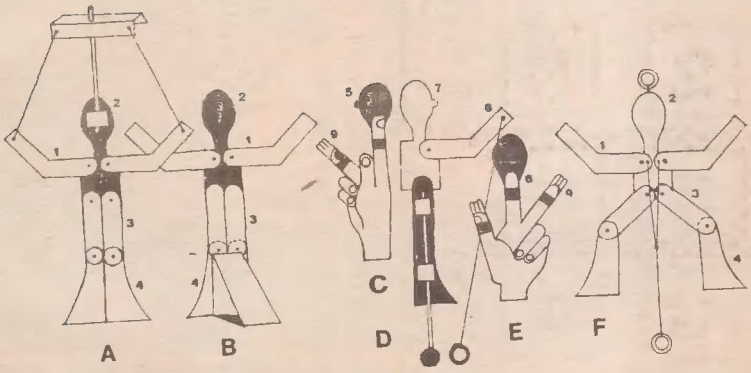
Pingpong-kosárlabda



Télen, nyáron egyaránt jó játék, versenyeken ügyességi próbaként használhatjuk a házilag gyártható pingpong kosárlabdát. Ez nem fából vaskarika, mert ez a játék a másik kettő összevonásából jött létre, tehát valóban létezik — főként, ha elkészítjük. Először nézze meg figyelmesen az ábrát. Szükség lesz egy egészen egyszerű műanyag tölcsérre. Ezt fúrja át az egyes ábra szerinti helyen, kb. a nyaknál. Hajlékony acéldrótból készítsen „kilövőszerkezetet" — a következő ábra alapján és azt a tölcsér nyílásán átdugva, behajlított rugóval rögzítse. Ennyi az egész, már kész is a játék. Helyezzen bele pingponglabdát, húzza meg a rugót lefelé, és hirtelen engedje el. A labda kiröpül a tölcsérből, s megfelelő gyakorlat és kellő célzás után lehet már pingpong-kosarazni.

Bábjáték többféle módon





Fakanál végére pingponglabdát erősítsünk. Fessük ki tetszőlegesen — ez lesz a bábu feje. A két karját vastagabb spárgából és textiliából alakítsuk ki. A két kézfejre damil fonalat erősítsünk. Az 1-es ábra szerint máris megkezdhetjük az „előadást".

Több barkácsolást és nagyobb ügyességet igényel a marionett figurával való bábozás. Kemény kartonból, vékony damilfonalból, kevés festékkel díszítve állíthatjuk elő az A, B, C, D, E betűvel jelzett figurákat. Bábozni a 2-es és 3-as ábrák szerint lehet, ezekkel — természetesen előzetes gyakorlás után. Az „F" rajz egy egyszerű ugráló babát ábrázol. A zsineg végén lévő karika meghúzásával a baba mindkét keze és lába egyszerre mozog majd.

A fejtőröket és a barkácsösszeállítást a Pajtás, a csehszlovák ABC, a francia PIF, a jugoszláviai Magyar Szó, valamint hazai ötletek felhasználásával készítette:

Forrai G. János

TARTALOMJEGYZÉK

A ROKKANTAK NEMZETKÖZI ÉVE — 19
A CSALÁDRÓL — 27
Alakulóban-változóban — 27
A párválasztás problémái — 33
A pszichoszexuális fejlődésről — 37
A családi élet harmóniájáért — 42
Gyermek a családban — 49
A HIÚSÁG TÖRTÉNETÉBŐL — 57
Őskori, ókori divatok — 57
A szigorú középkorban — 60
A reneszánsz idején — 65
FEJEZETEK A NŐI MUNKA TÖRTÉNETÉBŐL — 68
Őskorban, ókorban — 68
A középkorban — 70
Dolgozó nők a kapitalizmusban — 74
Női munka a „négy fal" között — 77
HASZNOS TUDNIVALÓK — 87
Az egészségügyi ellátás igénybevételéről — 87
Genetikai tanácsadók — 93
Tanácsadói irodák — 94
Elsősegélynyújtás képekben — 95
Mindennapi mérgeink — 101
A lábápolás — 109
KICSIK ÉS NAGYOK — 115
Egy anya naplójából — 115
Egy apa emlékeiből — 120
Nagyszülők és unokák — 122
Szülők és nevelők — 127
Így vártam... — 130
EMBERI KAPCSOLATOK — 139
Munkahely és család — 139
Takácsék — 142
Telefon — 144
Testvérek — 146
Kései gyerek — 148
Búcsúzni nehéz — 150
Valamit elkezdeni — 152
Háromszög-történetek — 154
Szemünk fénye a gyermek — 157
A KARÁCSONYI NAGYNÉNI — 165
HEGY A HEGGYEL NEM TALÁLKOZIK, DE EMBER EMBERREL IGEN — 168
KISZOLGÁLTATVA — 171
AZ ELKÖDÜLT MESSZESÉGBEN — 173
„LAKÁSTÖRTÉNELEM" AZ ÓKORTÓL A XX. SZAZADIG — 181
Az atrium korul az ókori Rómában — 181
A középkori lakás — 183
Fényűző paloták, jómódú polgári otthonok, nyomorúságos munkáslakások — 186
A VENDÉGLÁTÁS ÉS KONYHAMŰVÉSZET — 189
A római korban — 189
A középkori konyha — 194
Arisztokraták, polgárok és szegények asztala — 198
KERESZTSZEMESEK — 201
HOGYAN VÁSÁROLJUNK MOSÓSZEREKET? — 207
ÖTLETEK, KEZÜGYESSÉG, DIVAT — 213
VÁZLAT A MAGYAR VÖRÖSKERESZT 100 ÉVES FEJLŐDÉSÉRŐL — 231
MESÉK, FEJTÖRŐK, BARKÁCS TANÁCSOK — 243

Csipke, Viróma, Diviróma szörpök, különféle gyógyteák kaphatók a Herbária szaküzleteiben

HERBÁRIA

Kedvenc hanglemezét megvásárolhatja az Alkatrész Áruház lemezosztályán!

Hungaroton hanglemezek teljes választékban, valamint műsoros kazetták kaphatók

ELEKTRON

Alkatrész Elektron Áruház

Budapest VI., Bajcsy-Zsilinszky u. 45.

Telefon: 321-991, 327-191